



Октябрьский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«ОКТЯБРЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
имени Героя Советского Союза Николая Васильевича Архангельского»

Принята на заседании
педагогического совета
школы № 1
от «28» августа 2024 г.

«Утверждено»:
Директор МБОУ «Октябрьская СОШ
им. Н. В. Архангельского»
А.С. Побезимов / /
Приказ №267
от «30» августа 2024 года

Рабочая программа ВНЕУРОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ (ФГОС НОО)

Класс: 3-А класс

Учитель: Романович Виталий Анатольевич

«Согласовано»
Руководитель ШМО
Романович В.А. / /
Протокол № 1 от
«28» августа 2024 г.

пгт. Октябрьское, 2024

Пояснительная записка

Программа «Подвижные игры» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности начальной школы в соответствии с ФГОС НОО.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Цели программы:

- создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха;
- приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, чтобы противостоять болезням;
- воспитывать культуру игрового общения;
- учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма.

Формы организации занятий:

- Физкультурно-оздоровительная;
- Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.

Формы представления результатов:

- Соревнования
- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- фестиваль игр.

Вид деятельности: познавательная.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности для 3 класса

Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место»; «Белые медведи»; «Космонавты»; «Невод»; «Третий лишний»; «Перемена мест»; «Третий лишний»; «Вызов номеров»; «Салки с ленточками»; «Заяц без места»; «Кто обгонит»; Эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам». «Волк во рву». «Удочка» «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Зимние забавы

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Народные игры

Русские народные игры: «Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки». Хантыйские народные игры: «Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок», «Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

Соревнования

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», " «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», эстафеты с мячом. Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

Формы и виды деятельности

- Соревнования
- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- фестиваль игр.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных -
- играх и нестандартных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
- понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;

Метапредметные результаты

Регулятивные

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- конструктивно разрешать конфликты.

Познавательные

- осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила-игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные

- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

Тематическое планирование 3 класса

№ п/п	Тема	Кол-во часов	
		Практических	Теоретических
1	Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»	66	2
Итого	68		

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Дата проведения	Электронные образовательные ресурсы
Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность». Подвижные игры с элементами легкой атлетики				
1.	Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи».	2	04,06.09.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
2.	Подвижные игры «Космонавты», «Невод».	2	11,13.09.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
3.	Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест».	2	18,20.09.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
4.	Подвижная игра «Вызов номеров».	2	25,27.09.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
5.	Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места».	2	02,04.10.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
6.	Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты.	2	09,11.10.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
7.	Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	2	16,18.10.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
8.	Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку».	2	24,26.10.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
9.	Эстафеты с прыжками.	2	06,08.11.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
10.	Подвижная игра «Кто дальше бросит».	2	13,15.11.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
11.	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	2	20,22.11.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
Зимние забавы				
12.	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу».	2	27,29.11.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
13.	Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне».	2	04,06.12.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
14.	Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист».	2	11,13.12.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
15.	Подвижные игры «Гонки снежных комков», эстафеты.	2	18,20.12.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
Народные игры				
16.	Подвижные игры «Колечко», «Ручеек».	2	25,27.12.2024	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
17.	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	2	15,17.01.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
18.	Подвижные игры «Чехарда» «Кошки - мышки».	2	22,24.01.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
19.	Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей».	2	29,31.01.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
20.	Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз».	2	05,07.02.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
21.	Подвижные игры «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки»	2	12,14.02.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
Соревнования				

22.	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.	2	19,21.02.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
23.	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	2	26,28.02.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
24.	Броски в цель.	2	05,07.03.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
25.	Подбрасывание и подача мяча	2	12,14.03.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
26.	Прием и передача мяча в волейболе.	2	19,21.03.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
27.	Удары и остановка мяча ногой.	2	02,04.04.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
28.	Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.	2	09,11.04.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
29.	Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени».	2	16,18.04.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
30.	Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель».	2	23,25.04.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
31.	Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки».	2	30.04.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
32.	Соревнование по дартсу.	2	07.05.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
33.	Соревнование по подвижной игре «Пионербол».	2	14,16.05.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
34.	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом.	2	21,23.05.2025	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
Итого: 68 часов				

Список литературы

Для педагога:

1. Анастасова Л.П., Ижевский П.В., Иванова Н.В., Смирнов А.Т., Маслов М.В. Основы безопасности жизнедеятельности для 1–4 классов начальной школы. Программы образовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. Начальная школа. Основная школа. Средняя (полная) школа: базовый и профильный уровни. (Под редакцией А.Т. Смирнова) Москва «Просвещение», 2008.
2. Борисова У.С. Программа курса валеологии «Расти здоровым».
<http://festival.1september.ru/articles/312400/>
3. Басова Е.Д. Валеологическое образование в начальной школе//Управление начальной школой. № 2, 2010.
4. Мелентьева М.С., Раицкий А.А. Образовательная программа по валеологии (для начальной школы). <http://festival.1september.ru/articles/213370/>
5. Шакурова И.И. Авторская программа «Я расту здоровым»//Учительская. Июль 2009. Институт развития образования Республики Татарстан.
6. Умнягина Е.Г. Программа курса «Азбука здоровья» для младших школьников.
<http://festival.1september.ru/articles/519723/>

Для детей:

1. Зимние подвижные игры: 1–4 классы/ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: АКО, 2009.
2. Клуб здоровья и долголетия. <http://www.100let.net/index.htm>
3. Марченко Е.Ю. Серия уроков по пожарной безопасности в начальной школе.
<http://www.openclass.ru/dig-resource/86743>
4. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2007.
5. Подвижные игры: 1–4 классы/ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2007.