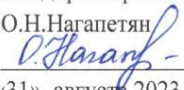


**ДЕПАРТАМЕНТ ПО СОЦИАЛЬНЫМ ВОПРОСАМ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВОДОУКОВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
«ЗАВОДОУКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2»
(МАОУ «СОШ № 2»)**

Рассмотрена на заседании
ШМО классных руководителей
Протокол №07
от «31» августа 2023 г.
Руководитель:
 Д.Г. Шляхтич

Согласована:
зам.директора по УВР
О.Н.Нагапетян

«31» августа 2023 г.

Утверждена
приказом директора школы
№ 374 – О
от «31» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Учебного курса внеурочной деятельности
Кружок «Мы любим спорт»
Уровень основного общего образования
Срок освоения: 1 год (3 класс)
На 2023-2024 учебный год**

Автор – составитель:
Сергушин К.А.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Мы любим спорт» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура».

Программа рассчитана на 34 занятия (по 35-40 мин.) для обучающихся 3 классов, по 1 час в неделю;

Цель программы: оптимизировать двигательную активность младших школьников на переменах и во внеурочное время.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач:**

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, 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.

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым — школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, а также дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему для образовательной практики.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

Подвижные игры способствуют объединению коллектива, массовому охвату детей физическими упражнениями, являются замечательным средством

всестороннего физического развития.

Раздел «Подвижные игры» образовательной программы пересекается с задачами, которые ставятся для выполнения детьми на уроках физической культуры.

Программный материал по подвижным играм сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.

Все игры подобраны с учетом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста.

Место учебного курса внеурочной деятельности в учебном плане школы.

В соответствии с учебным планом на занятия внеурочной деятельностью кружка «Мы любим спорт» в 1 классах отводится 1 час в неделю (34 часа в год).

Ценностные ориентиры содержания курса спортивно-оздоровительного направления « Мы любим спорт»

Содержание курса спортивно-оздоровительного направления « Мы любим спорт» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Содержание курса внеурочной деятельности

1. Вводное занятие.

Правила по технике безопасности - 1 час.

Правила поведения во время разучивания игр.

Правила поведения во время игр с использованием спортивных снарядов.

2. Лёгкая атлетика

Развитие координационных способностей. Игры с бегом - 9 часов.

Бег обычный, широким шагом; с высоким подниманием колен; с захлестыванием голени; с изменением темпа; равномерный медленный бег в сочетании с ходьбой; в разных построениях; бег на перегонки.

Игры: «Собачья конура», «Штандер», «Белка на дереве...», «Рыбаки и рыбки», «Перекасти поле», «Выбивалы».

2. Подвижные игры

Развитие скоростных качеств. Эстафеты - 10 часов. **4. Спортивные игры - 14 часов**

Футбол-5ч.

Игровые правила. Отработка игровых приёмов (остановка и удары по мячу,

обводка).Проведение игры.

Баскетбол-5ч.

Игровые правила. Отработка игровых приёмов (ведения, передач, броски в корзину).Проведение игры.

Пионербол-4ч.

Игровые правила. Отработка игровых приёмов (ловля, передача мяча, подача).Проведение игры.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности:

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы 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

учащимися

результатами освоения

содержания программы 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 учетом требований ее 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.

Формирование универсальных учебных действий **Личностные УДД**

- ценностно-смысловая ориентация учащихся,
- нравственно-этическое оценивание

Коммуникативные УДД

- умение выражать свои мысли,
- разрешение конфликтов, постановка вопросов. управление поведением партнера: контроль, коррекция,
- планирование сотрудничества с учителем и сверстниками,
- построение высказываний в соответствии с условиями коммутиации.

Регулятивные УДД

- целеполагание,
- волевая саморегуляция,
- коррекция,
- оценка качества и уровня усвоения,
- контроль в форме сличения с эталоном,
- планирование промежуточных целей с учетом результата.

Познавательные универсальные действия (общеучебные):

- выделение и формулирование учебной цели,
- поиск и выделение необходимой информации,
- анализ объектов,

К концу обучения дети должны иметь представление:

- *об историческом наследии русского народа и видах игр;*
- *о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;*

должны знать:

– *правила проведения игр, эстафет и праздников;*

- *основные факторы, влияющие на здоровье человека;*
- *основы правильного питания;*
- *правила поведения во время игры.*

должны уметь:

- *выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);*
- *проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;*
- *владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;*
- *применять игровые навыки в жизненных ситуациях.*

Тематическое планирование занятий на 2022-2023 учебный год

№ п/п	Тема учебного занятия, раздела	Количество часов	Форма занятия	Деятельность учителя с учётом рабочей программы воспитания	ЭОР/ЦОР
Раздел «Вводное занятие» (1 час)					

1	Правила по технике безопасности.	1	Теоретическое		http://multiurok.ru/
Раздел «Лёгкая атлетика» (9 часов)					
2	Развитие координационных способностей. Беговые упражнения. Игра «Собачья конура».	1	Практическое	Модуль «Основные школьные дела» Спортивно-массовое мероприятие «День здоровья»	https://resh.edu.ru/
3	Развитие координационных способностей. Беговые упражнения. Игра «Штандер»	1	Практическое		http://multiurok.ru/
4	Развитие координационных способностей. Беговые упражнения. Игра «Белка на дереве»	1	Практическое		https://uchi.ru/
5	Развитие координационных способностей. Беговые упражнения. Игра «Рыбаки и рыбки»	1	Практическое		https://resh.edu.ru/
6	Развитие координационных способностей. Беговые упражнения. Игра «Рыбаки и рыбки»	1	Практическое		https://infourok.ru/
7	Развитие координационных способностей. Беговые упражнения. Игра «Перекасти поле»	1	Практическое		http://multiurok.ru/
8	Развитие координационных способностей. Беговые упражнения. Игра «Перекасти поле»	1	Практическое		https://uchi.ru/
9	Развитие координационных способностей. Беговые упражнения. Игра «Выбивалы»	1	Практическое		http://multiurok.ru/
10	Развитие координационных способностей. Беговые упражнения. Игра «Выбивалы»	1	Практическое		Всероссийский день бега «Кросс наций» https://resh.edu.ru/
Раздел «Подвижные игры» (10 часов)					
11	Развитие скоростных качеств. Эстафеты	1	Практическое		https://uchi.ru/
12	Развитие скоростных качеств. Эстафеты	1	Практическое		https://infourok.ru/

					ru/ http://multiurok.ru/
13	Развитие скоростных качеств. Эстафеты	1	Практическое	Модуль «Основные школьные дела» спортивные соревнования «Школа Безопасности» Модуль «Основные школьные дела» праздничные мероприятия, посвящённые дню народного единства. «Пионербол».	https://infourok.ru/
14	Развитие скоростных качеств. Эстафеты	1	Практическое		https://resh.edu.ru/
15	Развитие скоростных качеств. Эстафеты	1	Практическое		https://infourok.ru/
16	Развитие скоростных качеств. Эстафеты	1	Практическое		https://uchi.ru/
17	Развитие скоростных качеств. Эстафеты	1	Практическое		https://infourok.ru/
18	Развитие скоростных качеств. Эстафеты	1	Практическое		https://resh.edu.ru/
19	Развитие скоростных качеств. Эстафеты	1	Практическое		
20	Развитие скоростных качеств. Эстафеты	1	Практическое		
Раздел «Спортивные игры» (14 часов)					
21	Спортивные игры . Игровые правила по баскетболу. Техника ведения на месте и в движении.	1	Теоретическое	Модуль «Урочная деятельность» нетрадиционные уроки по предметам «Спортивные состязания с мячом» Модуль	https://uchi.ru/
22	Техника ведения на месте и в движении. Техника ловли и передачи мяча.	1	Практическое		https://infourok.ru/
23	Техника ведения на месте и в движении. Техника ловли и передачи мяча.	1	Практическое		http://multiurok.ru/
24	Техника ведения на месте и в движении. Техника ловли и передачи мяча.	1	Практическое		https://infourok.ru/
25	Техника ведения на месте и	1	Практическое		https://infourok.ru/

	в движении. Техника ловли и передачи мяча.		е	«Урочная деятельность» Мероприятия, посвящённые Дню Героев Отечества. «Богатырские состязания»	//resh.edu.ru	
26	Техника ведения , остановка и передача мяча. Броски мяча в корзину.	1	Практическое		https://infourok.ru/	
27	Техника ведения , остановка и передача мяча. Броски мяча в корзину.	1	Практическое		https://infourok.ru/	
28	Техника ведения , остановка и передача мяча. Броски мяча в корзину.	1	Практическое		https://resh.edu.ru	
29	Техника ведения , остановка и бросок мяча в корзину.	1	Практическое		https://infourok.ru/	
30	Техника ведения , остановка и бросок мяча в корзину.	1	Практическое		http://multiurok.ru/	
31	Спортивные игры . Игровые правила по пионерболу. Ознакомление с постановкой на площадке и переходы.	1	Практическое		Проведение мероприятий, посвящённых Дню Матери в России «Весёлые старты»	https://uchi.ru/
32	Спортивные игры . Перемещения, ловля и передачи мяча.	1	Практическое		https://uchi.ru/	
33	Спортивные игры . Перемещения, ловля и передачи мяча	1	Практическое		https://resh.edu.ru	
34	Спортивные игры . Перемещения, ловля и передачи мяча	1	Практическое	http://multiurok.ru/		
Итого		34				

Материально – техническое обеспечение

Спортивный инвентарь:

- мячи разных размеров (баскетбольные, волейбольные, футбольные)
- обручи

- скакалки
- набивные мячи
- гимнастические скамейки
- шведская стенка

Учебно-методическое обеспечение и материально - техническое обеспечение. 1. Стандарты второго поколения Примерная программа по учебным предметам часть 2, Москва, «Просвещение», 2010

2. В.И.Лях. Комплексная программа физического воспитания 1 – 4 классы Москва, «Просвещение», 2007

3. Сборник нормативных документов Физическая культура, Москва, Дрофа, 2004. А. Ю. Патрекеев. Подвижные игры, - издательство «ВАКО», 2007

5. И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова. Здоровьесберегающие технологии, Москва, Илекса, 2004