

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение городского округа Тольятти «Школа с углубленным
изучением отдельных предметов № 47 имени М.В. Демидовцева»**

РАССМОТРЕНО

На заседании кафедры учителей
начальных классов
Протокол № 1
от «26» августа 2024г.
Заведующий кафедры
/Кузниченко Н.Н./

ПРОВЕРЕНО

Заместитель директора
по УВР
/Девяткина О.А./
от «27» августа 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ «Школа № 47»
/Прокопченко И.В./
Приказ № 150-ОД
от «02» сентября 2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ. 2 - 3 КЛАСС»**

Составитель: Симдянова Г.Н.

Тольятти, 2024

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Приказа Минпросвещения от 31.08.2021 №286 « Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
 - Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2012 №996-р; СП 2.4.3648-20;
 - СанПиН 1.2.3685-21
 - основной образовательной программы НОО
- Программа рассчитана на два года обучения.
Программа рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

У выпускника будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержание образования и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;

Выпускник получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательному учреждению, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД

Выпускник научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;

- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок,

Выпускник получит возможность научиться:

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнении, как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Коммуникативные УУД

Выпускник научится:

- адекватно оценивать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач,
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- использовать речь для регуляции своего действия;

Выпускник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
 - учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
 - понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
 - аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
 - продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
 - с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
 - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
 - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
 - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач, планирование и регуляции своей деятельности.

Познавательные УУД

Выпускник научится:

- использовать знаково-символические средства, в том числе, модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные) для решения задач;
- строить сообщения в устной и письменной форме;

- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
- владеть рядом общих приёмов решения задач.

Выпускник получит возможность научиться:

- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;
- осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- произвольно и осознанно владеть общими приёмами решения задач.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;
- характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, - выполнять организующие строевые команды и приемы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (гимнастическая стенка, перекладина, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять передвижения на лыжах.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ, ФОРМЫ И ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 2 класс

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал.

Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Подвижные игры.

«Медведь спит, «Весёлая скакалка», «Снип–Снап», «Быстрая тройка», «Хвостики», «Паровоз», «Игра белок», «Разведчики» «Кто сильнее?» «Весёлая скакалка» «Сокол и голуби» «Очистить свой сад от камней» «Командные салки», «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга» «Гуси – лебеди». «Лиса и куры». и др.

Формы деятельности: соревнования

Виды деятельности: Игровая, познавательная; спортивно-оздоровительная

Тематическое планирование 2 класс

| № | Тема занятия | Кол-во часов | | Всего часов |
|------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------|-------------|
| | | теория | практика | |
| 1-2 | Мир движений. «Игра белок», «Разведчики», «Щенок» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 3-4 | Красивая осанка. «Хвостики». «Паровоз» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 5-6 | Учись быстроте и ловкости. «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 7-8 | Сила нужна каждому «Кто сильнее?», «Салки со стопами, «Удочка с прыжками» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 9-10 | Ловкий. Гибкий. «Снип–Снап», «Быстрая тройка» | 0,5 | 1,5 | 2 |

| | | | | |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|---|
| 11-12 | Весёлая скакалка. «Медведь спит, «Весёлая скакалка» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 13-14 | Сила нужна каждому. «Очистить свой сад от камней» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 15-16 | Развитие быстроты. «Командные салки», «Сокол и голуби» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 17-18 | Кто быстрее? «Найди нужный цвет», «Разведчики» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 19-20 | Скакалочка- выручалочка. «Удочка с приседанием» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 21-22 | Ловкая и коварная гимнастическая палка «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга». | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 23-24 | Команда быстроногих «Гуси – лебеди». «Лиса и куры» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 25-26 | Выбираем бег. «Кто быстрее?», «Сумей догнать» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 27-28 | Метко в цель. «Метко в цель», «Салки с большими мячами» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 29-30 | Путешествие по островам. «Назови имя», «Бездомный заяц», Лягушки в болоте» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 31-32 | Развиваем точность движений. «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель». «Воробушки и кот» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 33-34 | Горка зовёт. «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 35-36 | Зимнее солнышко. Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 37-38 | Зимнее солнышко. «Кто быстрее приготовиться» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 39-40 | Штурм высоты. «Штурм высоты» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 41-42 | Снежные фигуры. «Салки» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 43-44 | Закрепление. Игры на свежем воздухе. «Поезд», «Салки» и др. по выбору учащихся» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 45-46 | Мы строим крепость. «Мороз – Красный нос» Игры по желанию учащихся» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 47-48 | Мы строим крепость. Игры по желанию учащихся. | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 49-50 | Игры на снегу. « Горелки». Игры по желанию учащихся. | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 51-52 | Удивительная пальчиковая гимнастика. «Метание в цель», «Попади в мяч» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 53-54 | Развитие скоростных качеств. «Быстро в строй», командные «колдунчики» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 55-56 | Развитие выносливости. «Назови имя», «Бездомный заяц», «Лошадки» | 0,5 | 1,5 | 2 |

| | | | | |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| 57-58 | Развитие реакции. «Пустое место», «Часовые и разведчики» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 59-60 | «Удочка». «Удочка», «Не урони мяч» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 61-62 | Прыжок за прыжком. «Прыжок за прыжком» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 63-64 | Мир движений и здоровья. «Хвостики», «Падающая палка» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 65-66 | Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. «Точный поворот», «Второй лишний». «Если бы ноги стали руками» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| 67-68 | Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. «Точный поворот», «Второй лишний». «Если бы ноги стали руками» | 0,5 | 1,5 | 2 |
| | ИТОГО: | 17 | 51 | 68 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ, ФОРМЫ И ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 3 класс

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Подвижные игры.

Игры (с бегом) на школьной площадке осенью и весной: «Салки», «У медведя во бору», «Совушка», «К своим флажкам», «Белые медведи», «День и ночь», «Гуси-лебеди», «Вызов номеров», «Пустое место», «Эстафета с обеганием стоек (флажков. Мячей)», «Эстафета с кубиками», «Эстафета с буквами».

Игры (с прыжками): «Салки на одной ноге», «Воробушки», «Зайцы в огороде», «С кочки на кочку», «Волк во рву», «Удочка», «Классики», «Прыжки через двойную резинку».

Игры (с метанием, передачей и ловлей): «Метко в цель», «Кто дальше бросит», «Стой!», «Передал- садись», «Вышибалы», «Охотники и утки», «Ящерица», «Не давай водящему».

Игры (с силовыми упражнениями): «Скакалка- подсекалка», «Тяни в круг», «Кто перетянет».

Игры на местности: «Слушай!», «Часовой», «Сторожевой пост», «Передвигайся скрытно», «Маскируйся быстро», «Останься незамеченным», «Наблюдатели», «Оборона моста», «Саперы», «Бег по ориентирам», «Через цепь», «Пограничники».

Формы деятельности: соревнования

Виды деятельности: Игровая, познавательная; спортивно-оздоровительная

Тематическое планирование 3 класс

| № | Тема занятия | Кол-во часов | Всего |
|---|--------------|--------------|-------|
|---|--------------|--------------|-------|

| | | теория | практика | часов |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------|--------------|
| 1-2 | Общеразвивающие упражнения, подвижные игры: «Салки», «Пустое место», игры по выбору: вышибалы, футбол | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 3-4 | Общеразвивающие упражнения, эстафеты в беге, с мячами. Подвижные игры» «Ловишки», «Круговая лапта» | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 5-6 | Подвижные игры: «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу, самостоятельные игры | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 7-8 | «Белые медведи», «Волк во рву», «Эстафета» «Паровозик», самостоятельные игры | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 9-10 | «Лиса в курятнике», «Чехарда», эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «Классики» | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 11-12 | «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Конники-спортсмены», эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «Классики» | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 13-14 | «Наперегонки парами», «К своим флажкам», комбинированная эстафета, самостоятельные игры | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 15-16 | Эстафета с прыжками через движущее препятствие, перетягивание каната | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 17-18 | «Вызов номеров», эстафеты с обеганием предмета (мяча, стойки, флажка), «Быстрее по местам», самостоятельные игры | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 19-20 | Эстафеты с переноской предметов, перетягивание каната, Прыжки через скакалку, «Классики» | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 21-22 | «Удочка», «Волк во рву», «Классики», прыжки через двойную резинку, самостоятельные игры | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 23-24 | Самостоятельные игры: футбол, вышибалы. Перетягивание каната, эстафеты с мячом | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 25-26 | «С кочки на кочку», «Кот и мыши», эстафеты с переноской предметов в парах | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 27-28 | «Пролезай-убегай», «Удочка», «Кто дальше не собьется». Самостоятельные игры по | 0.5 | 1.5 | 2 |

| | | | | |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----|---|
| | выбору | | | |
| 29-30 | Эстафеты с мячами, скакалками, палочками, обручами. Самостоятельные игры по выбору | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 31-32 | Соревнования по мини- футболу, эстафеты , игры по выбору | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 33-34 | Веселые старты | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 35-36 | Катание на лыжах « Трамвай», « Найди себе пару». Игры по выбору | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 37-38 | « Гонки санок», « Попади в цель».Игры по выбору | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 39-40 | « Снайперы», « Великан», « Зоопарк», « Батарея, огонь!» | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 41-42 | Катание на лыжах, « Быстрые упряжки», Через препятствие», « Салки со снежками», « Перебежки» | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 43-44 | Катание на лыжах, « Сороконожки», « Иди за мной», « Пройди и не задень». Самостоятельные игры | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 45-46 | Катание на лыжах, « Поменяй флажки», « На санки», самостоятельные игры | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 47-48 | Катание на лыжах с горки и в горку, игра « Кто быстрее», « Санные поезда» | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 49-50 | Эстафеты на лыжах. Игры по выбору: катание на санках, « Снежки», « Любишь кататься...» | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 51-52 | Катание на лыжах с горки и в горку. Эстафеты на лыжах. Игры по выбору | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 53-54 | « Внимание!», перетягивание каната, метко в цель. Эстафеты с мячами.Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 55-56 | Веселые старты | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 57-58 | Соревнования на точность броска мяча в корзину | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 59-60 | Эстафета по кругу, « Переноска раненых». Игры по выбору: футбол, баскетбол, | 0.5 | 1.5 | 2 |

| | | | | |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| | пионербол | | | |
| 61-62 | « Попади в последнего», « Дальше и выше», Беги и хватай», « Паровозик» | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 63-64 | Комбинированная эстафета, « Фигуры», « Палка под ногами», «Мяч над головой» | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 65-66 | Самостоятельные игры: баскетбол, футбол, пионербол | 0.5 | 1.5 | 2 |
| 67-68 | Эстафеты, игры по выбору: пионербол, волейбол, баскетбол, футбол | 0.5 | 1.5 | 2 |
| | ИТОГО | 17 | 51 | 68 |