

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Тольятти**

«Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 47 имени М.В. Демидовцева»

РАССМОТРЕНО

На заседании предметной
кафедры начальных классов
Протокол № 1
от «26» августа 2022г.
Заведующий кафедры
/Кузниченко Н.Н./

ПРОВЕРЕНО

Заместитель директора по
УВР
/Девяткина О.А./
от «26» августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ «Школа № 47»
/Прокопчено И.В./
Приказ № 166-ОД
от «29» августа 2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Подвижные и спортивные игры. 4 КЛАСС»**

Тольятти, 2022

Программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Подвижные и спортивные игры» составлена в соответствии с ФГОС основного общего образования, согласно Федеральному закону от 29.12.2012г 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», на основе ООП НОО МБУ «Школа №47».

Программа составлена на основе программы Г.А. Ворониной. Утверждена Федеральным комитетом государственного образовательного стандарта, утвержденного Приказом Минобразования РФ от 2010г.

Программа рассчитана на один 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

4 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- подсекала», «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 4 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов		Всего часов
		теория	практика	
1-2	Инструктаж по технике безопасности, правила поведения в спортивном зале, спортивной площадке. ОРУ в движении и на месте. Подвижные игры:»Салки»,»Пустое место»,игры по выбору: вышибалы, футбол.	0.5	1.5	2

3-4	ОРУ, игра с элементами ОРУ ,игры на внимание ,эстафеты в беге, с мячами. Подвижные игры «Ловишки» «Круговая лапта».	0.5	1.5	2
5-6	Беседа о правильном режиме дня. Подвижные игры: «Волк во рву», челночный бег. Эстафета по кругу, самостоятельные игры.	0.5	1.5	2
7-8	Комплекс ОРУ со скакалкой. «Зайцы в огороде»,»Волк во рву»,»Эстафета» 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	Мини-футбол ,вышибалы,»Классики»,»Ручеёк».	0.5	1.5	2
13-14	«Наперегонки парами»,»К своим флажкам»,комбинированная эстафета, самостоятельные игры.	0.5	1.5	2
15-16	«Быстро и точно»,Эстафета с прыжками через движущее препятствие.	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 выбору	0.5	1.5	2
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, пионербол	0.5	1.5	2

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