

Пояснительная записка

Согласно Федеральному базисному учебному плану для общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в МОУ «Старо-Татауровской СОШ». Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию учащихся и в формах, отличных от урочной системы обучения. В формировании физически здоровой и физически развитой личности с высокой потребностью в двигательной активности и повышенной умственной работоспособностью важнейшее значение имеют занятия общей физической подготовкой

Данная программа рассчитана на 1 час в неделю для обучающихся 1 класса. Реализация программы происходит за счёт разнообразного содержания занятий. Дополнительное образование ориентировано на свободный выбор ребенка интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни становлении познавательной мотивации и способностей. Заниматься в может каждый школьник, прошедший медицинский осмотр и допущенный врачом к занятиям.

Программа составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в школе, дополняя его с учетом интересов детей, в зависимости от пола, возраста, времени года и местных особенностей, к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни.

Содержание программы

Программа представлена четырьмя блоками: народные игры, игры на развитие психических процессов, подвижные игры, спортивные игры (72 часа).

Народные игры -13 ч

Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Эстафета

Подвижные игры - 11 ч

Правила игры. Строевые упражнения; перестроение. Строевые упражнения на перемещение. Совершенствование координации движений. Построение в две шеренги, расчет по порядку номеров. Деление на две команды. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Игра с мячом, строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Гимнастические упражнения. Эстафеты. Комплекс ОРУ со скакалкой. Метание снежков в цель.

Спортивные игры - 10 ч

Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игры, эстафеты, Весёлые минутки.. Броски в корзину.

Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности «Подвижные ребята»

1 класс

Личностные результаты обучающегося

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

стремление к формированию культуры укрепления и сохранения здоровья, развитию физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладной направленности, формированию основ и соблюдения правил здорового образа жизни;

проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

познавательные УУД:

находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;

устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;

сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;

выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

коммуникативные УУД:

воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

управлять эмоциями во время проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;

обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;

проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

№	Тема	Дата проведения	Дополнительные источники/ЭОР, ЦОР	Форма проведения занятия
Народные игры				
1-2	Русская народная игра «У медведя во бору»	7.09.2023г - 14.09.2023г	«Единое окно доступа к образовательным	игра

3-4	Русская народная игра «Филин и пташка».	21.09.2023г - 28.09.2023г	ресурсам»- http://windows.edu/ru	Игра, эстафета
5-6	Русская народная игра «Горелки».	5.10.2023г- 12.10.2023г	«Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» - http://school-collektion.edu/ru	игра
7-8	Русская народная игра «Кот и мышь».	26.10.2023- 2.11.2023г		игра
9-10	Русская народная игра «Блуждающий мяч».	9.10.2023г- 16.11.2023г		игра
11-12	Русская народная игра «Зарница»	23.11.2023г- 30.11.2023г		«Федеральный центр информационных образовательных ресурсов» - http://fcior.edu.ru , http://eor.edu.ru
			Сайт «Начальная школа» с онлайн-поддержкой http://1-4.prosv.ru	
			учебников комплекта «Школа России» 1-4 кл.	
			Сайт интернет-проекта «Копилка уроков http://nsportal.ru сайт для учителей» 1-4 класс	
			Официальный ресурс для учителей, www.nachalka.com детей и родителей (1-4 класс)	
			База разработок для учителей начальных классов http://pedsovet.su 1-4 класс	
			Раздел начальная школа: Архив учебных программ. http://www.rusedu.ru	
			Сайт интернет-проекта «Копилка уроков http://kopilurokov.ru/ , сайт для учителей» 1-4 класс	
			Журнал «Начальная школа» www.openworld/school	

			Газета «1 сентября» www.1september.ru	
Подвижные игры				
13	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	30.11.2023г	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	эстафета
14	Игра «Море волнуется – раз»	07.12.2023г	http://sportmen.ru/kompleksy-uprazhnenij/kompleksy-lfk.html	игра
15	Игра с мячом «Охотники и утки».	07.12.2023г		игра
16	Весёлые старты с мячом.	21.12.2023г	1.Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования. http://school-collection.edu.ru	Соревнование-эстафета
17	Игра «Волк во рву»	28.12.2023г		игра
18	Весёлые старты со скакалкой	11.01.2024г	2.Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». http://www.openclass.ru	Веселые старты, соревнования
19	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки»	18.01.2024г		игра
20	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель».	25.01.2024г	3.Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_n=22924&tmpl=com	игра
21	Игра «Белки, волки, лисы».	01.02.2024г		игра
22	Игра «Совушка».	08.02.2024г	4.Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9	игра
23	Игра «Удочка»	15.02.2024г		игра
24	Игра «Перемена мест»	22.02.2024г	5.Сайт "Я иду на урок физкультуры" http://spo.1september.ru/urok/ 6.Сайт «ФизкультУра» http://www.fizkult-ura.ru/	игра
Спортивные игры				

25	Футбол	2.03.2024г	Сайты спортивных федераций РФ http://www.basket.ru — Федерация баскетбола http://www.volley.ru — Федерация волейбола http://www.sport.ru/fieldhockey/roc.ru — Федерация хоккея на траве http://www.fhr.ru — Федерация хоккея http://www.rusbandy.ru — Федерация хоккея с мячом	Игра
26	Баскетбол.	15.03.2024г		Игра
27-28	Пионербол.	22.03.2024г		Игра
29-30	Игры - эстафеты с мячами.	05.04.2024г		Эстафета
31-32	Эстафеты с преодолением препятствий.	12.04.2024г- 19.04.2024г		Эстафета
33	Праздник здоровья и подвижной игры.	26.04.2024г		Праздник - соревнования
34	Резерв	17.05.2024г		