

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ» (для 3-4 классов)**

---

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Вводный урок**

Техника безопасности, История образования спортивных игр.

**Подвижные игры**

Борьба за мяч»; «Вышибалы»; «Вышибалы через сетку»; «Вышибалы с кеглями»;  
«Подвижная цель»; «Мяч капитану»; «Гонка мячей»; «Круговая охота»;  
«Пятнашки»;  
«Лапта»; «Метко в цель»; «Охотники и утки»; «Сделай десять передач»;  
«Оборона»;  
«Через цепь».

Эстафеты с элементами баскетбола, эстафеты с элементами футбола, эстафеты с элементами гандбола.

**Общая физическая подготовка.**

Данный раздел направлен на развитие физических качеств: ловкости, силы, выносливости, скорости.

**Пионербол.** Правила игры, ловля и передача мяча через сетку; броски мяча на заданное и максимальное расстояние одной и двумя руками; пионербол по упрощенным правилам; пионербол по правилам.

**Волейбол.** Правила игры, техника безопасности; стойка игрока и перемещения; жонглирование мяча; передачи сверху над головой и в парах; прием мяча снизу; прямая нижняя подача.

**Баскетбол.** Основные правила и приемы игры в баскетбол; техника безопасности; перемещения, стойки, остановки, повороты; ведение мяча шагом и бегом, ведение с изменением направления и различной высотой отскока мяча; ловля и передачи мяча различными способами; броски мяча и различные упражнения с мячом; индивидуальные действия с мячом и без мяча; командные действия; игра по упрощенным правилам; игра мини-баскетбол; двусторонняя игра.

**Гандбол.** Правила игры, профилактика травматизма, техника перемещений, техника владения мячом (ведение мяча и остановки, ловли, передачи, броски, отбормьяча); тактические действия, учебные игры, основы судейства.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

*Личностными результатами* программы «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- определять простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве на принципах уважения, доброжелательности, сопереживания и взаимопомощи;
- управлять своими эмоциями и проявлять положительные качества личности в различных игровых и других ситуациях;
- проявлять упорство, трудолюбие и дисциплинированность в достижении поставленных целей;
- умение не создавать конфликты, находить выходы из спорных ситуаций, оказывать посильную помощь своим сверстникам;
- формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Регулятивные УУД:**

- овладение способностью планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- определение общей цели и путей её достижения;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи отношения между объектами и процессами;
- умение договариваться о распределении ролей и функций в игровой деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение других учеников;
- умение конструктивно разрешать конфликты с учетом интереса сторон;

**Познавательные УУД:**

- умение самостоятельно добывать новые знания об истории игр, о правилах проведения, судействе из различных источников; перерабатывать информацию и делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игр, придумывать свои формы игры.

**Коммуникативные УУД:**

- умение формулировать собственное мнение и доносить свою позицию до других;
- умение слушать и объяснять правила игры и различных игровых заданий;
- учитывать различные мнения, сотрудничать, договариваться и приходить к общему мнению, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- адекватно оценивать и выполнять правила игры, различные роли в группах и командах;
- с уважением относиться к соперникам.

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Первостепенными результатами реализации программы являются: физическая подготовленность и высокий уровень развития двигательных навыков и умений:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки ученика;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные и спортивные игры с разной направленностью, уметь осуществлять судейство;
- соблюдать технику безопасности во время игр на спортивных площадках, спортивном зале, на стадионе;
- оказывать посильную помощь сверстникам при выполнении учебных заданий и во время игры;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных, спортивных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять технику выполнения двигательных действий, анализировать, находить ошибки и исправлять их;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта и применять их в соревновательной и игровой деятельности;
- осознание учащимися необходимости заботы о своем здоровье, уметь планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, правильно организовывать отдых и досуг с использованием различных средств физической активности;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием и показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).
- умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения в изменяющихся, вариативных условиях.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**3-4 классы (34 часа)**

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Предметное содержание. Методы и формы организации обучения. Основные виды деятельности
1	<b>Вводный урок:</b> Техника безопасности. История образования спортивных игр.	1	Знать и соблюдать технику безопасности во время занятий. Знать историю спортивных игр.

<b>Подвижные игры</b>		<b>3</b>	<i>Организовывать и проводить</i> игры с элементами баскетбола, футбола, гандбола. <i>Подготавливать</i> места для безопасного проведения подвижных игр (вместе с родителями). <i>Проявлять</i> самостоятельность в организации и подвижных игр. <i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности. <i>Проявлять</i> коммуникативные качества, <i>демонстрировать</i> стремление к победе, уважительно относиться к сопернику м. <i>Соблюдать</i> правила подвижных игр. <i>Формулировать и участвовать</i> в ролевых заданиях, спортивных эстафетах; <i>устанавливать</i> ролевое участие членов команды. <i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности; оценивать правила безопасности в процессе выполняемой игры.
2, 3,	Борьба за мяч»; «Вышибалы»; «Вышибалы через сетку»; «Вышибалы с кеглями»; «Подвижная цель»; «Мяч капитану»; «Гонка мячей»; «Круговая охота»; «Пятнашки» «Лапта»; «Метко в цель»; «Охотники и утки»; «Сделай десять передач»; «Оборона»; «Через цепь»	2	
4	Эстафеты с элементами баскетбола, футбола, гандбола	1	
	<b>Общая физическая подготовка.</b>	<b>2</b>	
5,6	Развитие физических качеств: ловкости, силы, выносливости, скорости.	2	<i>Знать и формулировать</i> простейшие правила организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, <i>уметь</i> применять их в повседневной жизни; <i>понимать и раскрывать</i> значение регулярного выполнения физических упражнений для гармоничного развития; формирование физических качеств: ловкость, сила, выносливость, скорость.
	<b>Пионербол:</b>	<b>5</b>	<i>Знать и понимать</i> правила игры, технику безопасности игры, <i>уметь</i> играть и организовать игру команды.
7	правила игры, ловля и передача мяча через сетку; броски мяча на заданное и максимальное расстояние одно и двумя руками;	1	
8	пионербол по упрощенным правилам; пионербол по правилам.	1	
9,10, 11	Игра в Пионербол	3	
	<b>Волейбол:</b>	<b>7</b>	<i>Знать и понимать</i> правила игры, технику безопасности игры, <i>уметь</i> играть и организовать игру команды.
12	Правила игры, техника безопасности;	1	
13	Стойка игрока и перемещения; жонглирование мяча; передачи сверху на головой и в парах;	1	
14	прием мяча снизу; прямая нижняя подача.	1	

15	Подвижные игры и эстафеты	1		
16,17, 18	Игра в волейбол	3		
	<b>Баскетбол:</b>	<b>9</b>	Знать и понимать правила игры, технику безопасности игры, уметь играть и организовать игру команды.	
19	основные правила и приемы игры в баскетбол; техника безопасности;	1		
20	перемещения, стойки, остановки, повороты;	1		
21	ведение мяча шагом и бегом, ведение с изменением направления и различной высотой отскока мяча;	1		
22	ловля и передачи мяча различными способами; броски мяча и различные упражнения с мячом	1		
23	индивидуальные действия с мячом и без мяча; командные действия; игра по упрощенным правилам;	1		
24	игра мини-баскетбол; двусторонняя игра.	1		
25,26, 27	Игра в баскетбол	3		
	<b>Гандбол:</b>	<b>6</b>		Знать и понимать правила игры, технику безопасности игры, уметь играть и организовать игру команды.
28	Правила игры, техника безопасности.	1		
29	техника перемещений, техника владения мячом (ведение мяча и остановки, ловли, передачи, броски, отбор мяча).	1		
30	тактические действия, учебные игры, основы судейства	1		
31,32, 33	Игра в гандбол	3		
34	Организация и проведение спортивных соревнований по видам спорта (мини-гандбол, баскетбол, пионербол, волейбол).	1	Уметь организовать и провести спортивные соревнования.	
Всего часов		34		