**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ**

**Ханты-Мансийский автономный округ-Югра, Березовский район**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**ИГРИМСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

**имени Героя Советского Союза Собянина Гавриила Епифановича**

****

**Рабочая программа**

 **внеурочной деятельности**

по спортивно-оздоровительному направлению

 **«Мир спорта»**

для обучающихся 1 классов

2022-2023 учебный год

|  |
| --- |
| **Составитель**: Одерий Юлия Леонидовна,учитель физической культурыпервой квалификационной категории |

Игрим

2022 г.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Мир спорта» разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Игримская средняя общеобразовательная школа  имени  Героя  Советского

Союза Собянина Гавриила Епифановича, с учётом примерной образовательной программы, под редакцией В.И. Лях, Москва, «Просвещение» 2008г.

Рабочая программа ориентирована на учебники для учащихся 1-4 классов начальной школы, автор В.И. Лях, Москва «Просвещение» 2008 г.

Согласно учебному плану на проведение занятий внеурочной деятельности отводится в 1 классе 33 часа в год.

Реализация рабочей программы в полном объеме достигается при необходимости за счет использования современных педагогических технологий, в том числе дистанционных.

Срок реализации рабочей программы 1 год.

Рабочая программа реализуется с учетом программы воспитания школы.

**Цель:**

Познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга.

**Задачи:**

- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;

-  развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции;

- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

 - снижать негативные последствия учебной нагрузки

**Взаимосвязь с программой воспитания**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

в выделении в цели программы ценностных приоритетов;

в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в программе воспитания;

в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлечённость в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

**Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Познавательные УУД:**

- различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);

- соблюдать правила поведения и предупреждение травматизма во время занятий;

- использовать знания во время подвижных игр на досуге.

**Регулятивные УУД:**

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия во время подвижной игры.

**Коммуникативные УУД**:

- уметь распределять функции и роли в совместной деятельности;

- при игре адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнера.

**Личностные УУД:**

- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается;

- готовность принять на себя ответственность;

- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Содержание курса внеурочной деятельности**

**Теоретическая часть**

• Введение. Знакомство с кружком и его программой.

Ценность кружка, его задачи, программа, темы.

• Понятие «подвижные игры »

Понятие «Подвижные игры ». В чем суть подвижных игр . Ценность их. Какие бывают подвижные игры.

• История возникновения подвижных игр.

Как возникли подвижные игры. Какие народы играли. Связь с олимпийскими играми.

• История возникновения национальных игр народов Кубани

Место нашего проживания в регионе. Как возникли национальные игры. Отличие от простых подвижных игр. Зачем нужны национальные игры.

• Техника безопасности на занятиях и соревнованиях

Техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять

• Правила игр и техника безопасности в играх

Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре. Целесообразность применения правил.

• Самостоятельный поиск игр детьми

Работа со справочной литературой. Усовершенствование правил игр, выбор разного применения тех или иных игр.

**Практическая часть включает 3 раздела:**

**• Подвижные игры без применения спортивных снарядов**

Ловишки. Охотник и сторож. Совушка.Эстафеты без предметов. Эстафеты с бегом и прыжками.

• **Подвижные игры с применением спортивных снарядов**

Эстафеты с мячами. Бег по кочкам. Большая игра с малым мячом. Не упусти мяч. Чемпионы малого мяча. Эстафеты с преодолением препятствий.

**• Игры народов**

Игры русского народа. «[Гуси-лебеди](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1380&cat=5&sc=78&full=yes)», «[Обыкновенные жмурки](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1381&cat=5&sc=78&full=yes)».

Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».

Игры белорусского народа. « [Михасик](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1671&cat=5&sc=78&full=yes)», «[Прела-горела».](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1672&cat=5&sc=78&full=yes)

Игры татарского народа. «[Серый волк»](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1598&cat=5&sc=78&full=yes)  «[Скок-перескок»](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1599&cat=5&sc=78&full=yes)

Игры народов Востока. «[Скачки»](http://psyparents.ru/index.php?view=games&item=1831&cat=5&sc=78&full=yes) , «[Собери яблоки».](http://psyparents.ru/index.php?view=games&item=1832&cat=5&sc=78&full=yes)

Игры украинского народа. « Высокий дуб» «[Колдун».](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1664&cat=5&sc=78&full=yes)

Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч» «[Отдай платочек».](http://psyparents.ru/index.php?view=games&item=1756&cat=5&sc=78&full=yes)
Игры чувашского народа. «[Хищник в море»,](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1617&cat=5&sc=78&full=yes)  «[Рыбки».](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1618&cat=5&sc=78&full=yes)

Игры калмыцкого народа. «[Альчики](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1508&cat=5&sc=78&full=yes)», «[Забрасывание белого мяча»](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1509&cat=5&sc=78&full=yes)

 **Соревнования.**

Участие в проведении Дня здоровья .

Участие в проведении общешкольных игр.

Участие в соревнованиях.

 Контроль и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем участия в соревнованиях (школьных, районных), эстафетах, конкурсах, участие в проведении общешкольных мероприятиях: День Здоровья.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Раздел (количество часов)****Тема урока** | **Кол-во часов** | **Форма проведения****занятий**  | **Электронный (цифровые) образовательные ресурсы** |
| Раздел (количество часов) |  |  |
| **1** | Ловишки.Совушка. | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **2** |  Эстафета с бегом и прыжками. Вышибалы. | 1 | Подвижная игра Эстафеты | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **3** | Весёлые старты.  | 1 | Эстафеты | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **4** | Охотник и сторож. | 1 | Подвижная игра | [Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **5** | Гуси- лебеди | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **6** | Обыкновенные жмурки | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **7** | Котёл | 1 | Подвижная игра | [Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **8** | Салки | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **9** | Михасик | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **10** | Прела-горела | 1 | Подвижная игра | [Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **11** |  Волк во рву. Кошки мышки | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **12** | Два мороза.  | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **13** | Серый волк. Прыжки через длинную веревку.  | 1 | Подвижная игра | [Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **14** | Скок перескок. Перебежки с выручкой.  | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **15** | Скачки. Собери яблоки. | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **16** |  За флажками. | 1 | Подвижная игра | [Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **17** | Высокий дуб. | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **18** | Веселые эстафеты с предметами. | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **19** | Колдун. | 1 | Подвижная игра | [Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **20** | Весёлые эстафеты.  | 1 | Эстафеты | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **21** | Белый мяч и чёрный мяч | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **22** |  Салки.  | 1 | Подвижная игра | [Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **23** | Эстафета «под обстрелом».  | 1 | Эстафеты | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **24** | Отдай платочек. | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **25** | Перетягивание каната.  | 1 | Подвижная игра | [Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **26** | Хищник в море | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **27** | Рыбки | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **28** | Альчики | 1 | Подвижная игра | [Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **29** | Забрасывание белого мяча | 1 | Подвижная игра | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **30** | Самостоятельный поиск игр детьми. Тестирование. | 1 | Тестирование | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **31** | Самостоятельный поиск игр детьми. Тестирование. | 1 |  Тестирование | [Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |
| **32** | Самостоятельный поиск игр детьми. Тестирование. | 1 | Тестирование | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641) |
| **33** | Техника безопасности на соревнованиях.  | 1 | Соревнования | [Сборник Подвижные игры 1-4 класс | Методическая разработка по физкультуре (1 класс) на тему: | Образовательная социальная сеть (nsportal.ru)](https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass?ysclid=lb4pw36w2a743490641)[Подвижные игры для учащихся начальных классов (ped-kopilka.ru)](https://ped-kopilka.ru/blogs/irina-oserdnikova/podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html?ysclid=lb4px1e6ra541751445) |