**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

2023-2024 учебный год

**Составитель:**

Новикова Раиса Ивановна, учитель физической культуры высшей квалификационной категории

Игрим

2023г.

**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 учетом программы под редакциейЛях В.И. Зданевич А.А. – М.: Просвещение, 2011 год, с используемой литературы по подвижным играм под редакцией Барчукова Г.В., М. 2013.

Согласно учебному плану на изучение курса внеурочной деятельности отводится в 1 классе 34 часа в год.

Промежуточная аттестация осуществляется в виде теста.

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 программы*:*** создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных народных игр через включение их в совместную деятельность.

**Задачи**, решаемые в рамках данной программы:

* активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
* познакомить детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
* формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
* создавать условия для проявления чувства коллективизма;
* развивать: сообразительность, речь,  воображение,  коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
* воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

**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**

**1 раздел (1час)**

**Основы знаний о народной подвижной игре.**

- Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.

- Разбор и проигрывание игр наших родителей. Понятие правил игры.

Выработка правил.

- Пятнашки.

- Фанты.

- Горелки.

- Лапта.

- Штандр.

**2 раздел (8 часов)**

**Игры на свежем воздухе.**

- Русские народные игры. «Ловушка».

**-** Групповые игры. «Охотник и сторож».

- Групповые игры. «Карусель», «Совушка».

**3 раздел (1 час)**

**Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!**

- Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек.

Оборудование: скакалки, спортивные обручи, мячи, кегли.

**4 раздел ( 4 часа)**

**Игры-эстафеты.**

- Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».

- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».

- Эстафеты с бегом и прыжками.

- Эстафеты с преодолением препятствий.

**5 раздел (4 часа)**

**Подвижные игры разных 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)

**6 раздел (4часа)**

**Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.**

- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».

- Упражнения со скакалками.

- Бег с  высоким подниманием  бедра,  прыжками и  ускорением, с изменяющимся направлением движения (“змейкой”, “по кругу”, “спиной вперед”), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий старт с последующим стартовым ускорением.

- Упражнения со скалками.

**7 раздел (4часа)**

**Подвижные игры, основанные на элементах:**

- гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору»,«Совушка»;

- легкой атлетики:«Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву»;

- лыжной подготовки:«Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»;

- спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

**8 раздел (8 часов)**

**Зимние забавы**

-Зимой на воздухе. «Городки».

- Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов».

- Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».

- Эстафета на санках.

- Лыжные гонки.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Темы занятий** | **Кол-во часов** |
| **1** | Основы знаний о народной подвижной игре. | 1 |
| **2** | Игры на свежем воздухе. | 8 |
| **3** | Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть! | 1 |
| **4** | Игры-эстафеты. | 4 |
| **5** | Подвижные игры разных народов. | 4 |
| **6** | Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. | 4 |
| **7** | Подвижные игры, основанные на элементах:  - гимнастики с основами акробатики  - легкой атлетики  - лыжной подготовки  - спортивной игры | 4 |
| **8** | Зимние забавы | 8 |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Раздел (количество часов)**  **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Форма проведения занятий** | **Электронные ЦОРм** |
| ***1*** | Знакомство с историей народной подвижной игры.  Выработка правил.  - Пятнашки. | 1 | Беседа | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***2*** | - Фанты.  - Горелки. | 1 | Обучение правилам подвижной игры | Методика обучения основным видам движений под редакцией В С Кузнецова |
| ***3*** | - Лапта.  - Штандр. | 1 | Обучение правилам подвижной игры | Учебник Физическая культура в школе 1-4 класс под редакцией В И Лях |
| ***4*** | Русские народные игры. «Ловушка». | 1 | Беседа Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Методика обучения основным видам движений под редакцией В С Кузнецова |
| ***5*** | Групповые игры. «Охотник и сторож». | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Учебник Физическая культура в школе 1-4 класс под редакцией В И Лях |
| ***6*** | Групповые игры. «Карусель», | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика деПодвижные игры( Мозаика детского отдыха)тского отдыха) |
| ***7*** | «Совушка». | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***8*** | Народные подвижные игры | 1 | Просмотр ролика о подвижных играх народов многих национальностей | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***9*** | Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» | 1 | Эстафеты с предметами ( Баскетбольные мячи) | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***10*** | Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Методика обучения основным видам движений под редакцией В С Кузнецова |
| ***11*** | «Чемпионы малого мяча» | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Методика обучения основным видам движений под редакцией В С Кузнецова |
| ***12*** | Эстафеты с бегом и прыжками | 1 | Эстафеты с предметами ( Баскетбольные мячи | Методика обучения основным видам движений под редакцией В С Кузнецова |
| ***13*** | Эстафеты с преодолением препятствий | 1 | Эстафеты с предметами ( Баскетбольные мячи | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***14*** | Игры русского народа. «[Гуси-лебеди](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1380&cat=5&sc=78&full=yes)», | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***15*** | «[Обыкновенные жмурки](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1381&cat=5&sc=78&full=yes)» | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***16*** | Игры мордовского народа. «Котел» | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***17*** | «Салки» | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***18*** | Игры белорусского народа. « [Михасик](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1671&cat=5&sc=78&full=yes)», | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***19*** | «[Прела-горела».](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1672&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***20*** | Игры татарского народа. «[Серый волк»](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1598&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***21*** | «[Скок-перескок»](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1599&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***22*** | Игры народов Востока. «[Скачки»](http://psyparents.ru/index.php?view=games&item=1831&cat=5&sc=78&full=yes) , | 1 | Просмотр ролика о подвижных играх народов многих национальностей | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***23*** | «[Собери яблоки».](http://psyparents.ru/index.php?view=games&item=1832&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***24*** | Игры украинского народа. « Высокий дуб» | 1 | Просмотр ролика о подвижных играх народов многих национальностей | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***25*** | «[Колдун».](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1664&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***26*** | Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***27*** | «[Отдай платочек».](http://psyparents.ru/index.php?view=games&item=1756&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***28*** | Игры чувашского народа. «[Хищник в море»,](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1617&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***29*** | «[Рыбки».](http://www.psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1618&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***30*** | Игры калмыцкого народа. «[Альчики](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1508&cat=5&sc=78&full=yes)», | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***31*** | «[Забрасывание белого мяча»](http://psyparents.ru/index.php?view=articles&item=1509&cat=5&sc=78&full=yes) | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***32*** | Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча». | 1 | Обучение правилам подвижной игрыОбучение правилам подвижной игры | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |
| ***33-34*** | Упражнения со скакалками. Тест. | 2 | Тестирование | Подвижные игры( Мозаика детского отдыха) |