

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №582  
с углубленным изучением английского и финского языков  
Приморского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
Протокол заседания  
от 08.06.2021 № 12

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом ГБОУ школа № 582  
Приморского района Санкт-Петербурга  
от 08.06.2021 № 52-Д

**ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Подвижные игры»**

2021-2022 учебный год

Направление развития личности:

Спортивно-оздоровительное

Возраст: 8 лет

Программа разработана учителями:  
Шевчик А.Н., Головинская М.А.

2021 год  
Санкт-Петербург

## **Пояснительная записка**

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Основой для разработки программы внеурочной деятельности служит «Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя/Д.В.Григорьев, П.В.Степанов. - М.: Просвещение, 2014. — 223 с.

***Цели и задачи программы*** внеурочной деятельности «Подвижные игры»:

***Цель*** – обучение подвижным играм.

***Основными задачами программы являются:***

Приобретение необходимых теоретических знаний;

Овладение основными приемами техники и тактики;

Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;

Укрепление здоровья;

Содействие правильному физическому развитию;

Привитие учащимся организаторских навыков;

Повышение специальной, физической, тактической подготовки учащихся;

Подготовка учащихся к районным и окружным соревнованиям.

Данный курс внеурочной деятельности позволяет наиболее успешно применять индивидуальный подход к каждому школьнику с учётом его способностей, более полно удовлетворять познавательные и жизненные интересы обучающихся.

### ***Общая характеристика курса***

Программой курса по подвижным играм предполагается построение занятий на принципах сотрудничества и сотворчества детей и взрослого, обеспечение роста творческого потенциала, познавательных мотивов учащихся, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности, ориентация на привлечение детского опыта в качестве ресурса построения занятия, возможность переноса полученных знаний на другое учебное и вне учебное содержание, разнообразие организационных форм, учёт индивидуальных особенностей каждого ученика.

С целью стимулирования здорового образа жизни обеспечивается создание установки на добросовестное выполнение задания, осуществляется целенаправленный поиск многовариантности как в формулировке, так и в способах выполнения различных заданий; поощряются нестандартные решения, замечаются проявления самостоятельности обучающихся в различных областях; используются приёмы и методы активизации мышления и воображения, разработанные в ТРИЗ (теории решения изобретательских задач). Оценивание – безотметочное. В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно – технической подготовке, научные и методические разработки по настольному теннису отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки высококвалифицированных спортсменов.

***Место курса внеурочной деятельности в плане внеурочной деятельности ГБОУ школа № 582 Приморского района Санкт-Петербурга***

Курс «Подвижные игры» рассчитан на 34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 45 минут.

***Виды внеурочной деятельности***

Для реализации программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» используются следующие виды внеурочной деятельности:

- игровая деятельность;
- спортивно-оздоровительная деятельность;

***Личностные и метапредметные результаты освоения программы внеурочной деятельности «Подвижные игры»:***

***Личностные результаты:***

- развитие любознательности и сообразительности;
- развитие целеустремленности, внимательности;
- развитие наглядно-образного мышления и логики;
- повышение мотивации к изучению и потребности игры;
- способность к самооценке на основе критерия успешности;
- знание и применение основных моральных норм поведения;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и детьми.

***Метапредметные результаты:***

- формирование умений планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей;
- освоение начальных форм рефлексии;
- формирование умения понимать причины успеха /неуспеха и способности действовать даже в условиях неуспеха;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения;
- формирование умений договариваться, готовность слушать собеседника;
- способность к самооценке на основе критерия успешности;

***Предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» включают в себя:***

***Предметные результаты:***

К концу года обучающиеся

***будут знать:*** об истории и особенностях зарождения и развития физической культуры и спорта;

о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах контроля за деятельностью этих систем;

о способах и особенностях движений, передвижений;

о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;

об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки;

о причинах травматизма и правилах предупреждения.

***будут уметь:*** составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;

взаимодействовать с ребятами в процессе занятий подвижными играми.

### ***Воспитательный результат программы внеурочной деятельности***

*Первый уровень результатов* – приобретение школьником социальных знаний (о влиянии физической нагрузки на организм, спортивное поведение).

*Второй уровень результатов* – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (игры на счет внутри групп, соревнования внутри школы и среди школ города).

*Третий уровень результатов* – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия (проведение фрагментов и всего занятия учеником, мастер-класс, оказание помощи отстающим).

### ***Результативность изучения программы внеурочной деятельности***

Проверяется результативность деятельности в контрольных играх между учащимися. Итоги подводятся в соревновательной деятельности между воспитанниками школы, других школ района, города.

### ***Материально-техническое обеспечение***

#### **Место проведения:**

- Спортивная площадка;
- Спортивный зал.

#### **Инвентарь:**

- Волейбольные мячи;
- Баскетбольные мячи;
- Кегли или городки;
- Скакалки;
- Теннисные мячи;
- Малые мячи;
- Гимнастическая стенка;
- Гимнастические скамейки;
- Сетка волейбольная;
- Щиты с кольцами;
- Секундомер;
- Маты;
- Ракетки;
- Обручи.

### ***Перечень учебной литературы***

Методический конструктор: пособие для учителя/Д.В.Григорьев, П.В.Степанов. - М.: Просвещение, 2014. — 223 с.

*Календарно-тематическое планирование*

*«Подвижные игры» 2 класс*

п/п	Тема урока, занятия	Количество часов	Форма проведения занятия
1	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий. Игра на внимание «Запрещенное движение».	1	Игра
2	Самоконтроль при физических занятиях. Игры на внимание «Класс, смирно», «Запрещенное движение».	1	Игра
3	Игры «Море волнуется – раз», «Прыгай через ров».	1	Игра
4	Беседа о правильном режиме дня. Игра «Волк во рву». Челночный бег.	1	Игра
5	Комплекс ОРУ со скакалкой. Игра «Зайцы в огороде»	1	Игра
6	Игры «День – ночь», «Попрыгунчики – воробушки».	1	Игра
7	Игры «День – ночь», «Море волнуется – раз». Размыкание и смыкание приставными шагами, перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1	Игра
8	Подвижные игры на свежем воздухе по выбору.	1	Игра
9	Предупреждение спорт, травм на занятиях. Строевые упражнения с перестроениями из колонны по одному в колонну по два. Игра «Салки», «Два мороза»	1	Игра

10	Игра «Класс, смирно», «День – ночь». Дыхательные упражнения.	1	Игра
11	Малые олимпийские игры с элементами бега, прыжков и метания мяча.	1	Игра
12	Игры «День – ночь», «Море волнуется – раз». Размыкание и смыкание приставными шагами, перестроение из колонны по одному в колонну по два. «Невод», «Гусеница».	1	Игра
13	Упражнение на гибкость. Акробатика. Перекаты. Группировка. Игра «Два мороза»	1	Игра
14	Упражнение – пресс, отжимание. Построение и перестроение. Акробатика. Перекаты. Группировка. Игра «Два мороза»	1	Игра
15	Акробатика. Кувырок вперед, равновесие.	1	Игра
16	Построение и перестроение. Упражнение мост. Ходьба по гимнастической скамейке разными способами. Игры эстафеты с элементами акробатики.	1	Игра
17	Построение и перестроение. Ходьба по гимнастической скамейке разными способами.	1	Игра
18	Акробатика. Кувырок вперед, равновесие. Игра «Салки», «Стая».	1	Игра
19	Подвижные игры по выбору.	1	Игра
20	Игры-эстафеты с мячом. Основные перемещения в баскетболе. Стойка, повороты, остановка.	1	Игра
21	Игры «день – ночь»,	1	Игра

	«Попрыгунчики – воробушки».		
22	Игра «Школа мяча». Техника ведения мяча. Игра «играй, играй. Мяч не теряй».	1	Игра
23	Игра «Школа мяча». Техника броска мяча в кольцо. Игры «Мяч в корзину», «попади в обруч». Бег с ускорением по прямой.	1	Игра
24	Техника передвижения. Ведения мяча с заданием. Применение различных стоек и передвижение в зависимости от действий. Игра «Метко в цель»	1	Игра
25	Ловля и передача большого баскетбольного мяча. «Играй, играй, мяч не потеряй».	1	Игра
26	Игра «Охотники и утки». Ловля, бросок, передача мяча.	1	Игра
27	Игра «Охотники и утки», ловля, бросок, передача мяча.	1	Игра
28	Прыжки в длину с места. Игра «Прыжки по полоскам». Бег с ускорением.	1	Игра
29	Прыжки. Прыжковые упражнения. Прыжки в высоту через веревочку. Игра «Зайцы в огороде», «Пятнашки»	1	Игра
30	Силовая подготовка. Пресс, подтягивание. Упражнение со скакалкой. Игра «Удочка»	1	Игра
31	Игры «День – ночь», «Море волнуется – раз». Размыкание и смыкание приставными шагами, перестроение из колонны по одному в колонну по два.	1	Игра
32	Бег. Беговые упражнения. Игра «Прыгай через ров».	1	Игра
33	Игра «Салки с мячом», «Кто	1	Игра

	дальше бросит». Метание большого и малого мяча в цель.		
34	Подвижные игры на свежем воздухе (по выбору).	1	Игра
итого		34	