

06-04

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЗАОЗЕРНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
Протокол №3  
от «31» мая 2022 г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР  
Тагировой И.В.  
«02» июня 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
МБОУ «ЗСШ» № 01-16/206  
от «03» июня 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учитель Рерих Владимир Филиппович

Учебный год 2022 / 2023

Класс 1

Название курса «Выше, сильнее, быстрее»

Количество часов в  
год 34

Количество часов в неделю 1

г.Евпатория

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности для 1 классов на 2022-2023 учебный год разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта и ООП начального общего образования МБОУ «ЗСШ» на основе примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И.Ляха, А.А.Зданевича (Москва.: Просвещение, 2012 г.). На изучение курса отводится 34 часа в год (1 час в неделю), согласно Учебному плану МБОУ «ЗСШ» на 2022-2023 учебный год, утверждённого приказом директора школы от 03.06.2022 г. №01-16\206.

### **Цель:**

- содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;
- расширение знаний об истории, традициях и обычаях нашего села, вовлечение ребят в игру;
- формирование представлений о здоровье, мотивация на здоровый образ жизни.
- формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физических упражнений и игры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья. Оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

### **Задачи** направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время игры, содействие развитию психических процессов в ходе двигательной активности, формирование коммуникативных компетенций;
- овладение школой движения;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене. Влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время игры;
- приобщение к самостоятельным занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта
- воспитание чувства ответственности за своё здоровье;

### **Планируемые результаты**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования ФГОС данная рабочая программа для 1 – 4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов

### **Личностные результаты:**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России и своего села, осознание своей этнической принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие этических чувств доброжелательности и эмоционально – нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **Метапредметные результаты:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи игровой деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать игровые действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и пути её достижения; умение договариваться о распределении ролей в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении игры для укрепления здоровья человека, о её позитивном влиянии на развитие человека;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

## **Содержание программы по внеурочной**

<b>№</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Общее количество часов</b>
<b>1</b>	<b>Спортивно – оздоровительное объединение: «Выше, сильнее, быстрее»</b>	<b>34</b>
1.1	Народные игры	8
1.2	Игры на внимание	6
1.3	Игры со скакалкой	2
1.4	Подвижные игры	14
1.5	Спортивные игры	4

## Тематическое планирование

### 1 класс

№	Тема занятия	Основные виды деятельности	Дата план.	Дата факт.
		<b>Народные игры</b>		
1	ТБ. Какие бывают игры. Русская народная игра «Зайцы в огороде»	Выполнение игровых правил. Отработка игровых приёмов. Игра.		
2	ТБ. Правила игры. Обязательны ли они для всех? Русская народная игра «Гуси – лебеди»».	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.		
3	ТБ. Русская народная игра «Ловишка в кругу»	Правила игры. Проведение игры.		
4	ТБ. Русская народная игра «Пчёлки и ласточка».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.		
5	ТБ. Русская народная игра «Обыкновенные жмурки»	Правила игры. Проведение игры.		
6	ТБ. Русская народная игра «Палочка – выручалочка»	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры		
7	ТБ. Русская народная игра «Караси и щука»	Правила игры. Проведение игры. .		
8	ТБ. Русская народная игра «Белые медведи»»	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры		
		<b>Игры на внимание</b>		
9	ТБ. Игра на внимание «Смена сторон»	Знания правил игр на развитие внимания, умения в них играть		
10	ТБ. Игра на развитие внимания «Запомни движение»	Знакомство с правилами и проведение игр.		
11	ТБ. Игра на внимание «Вызов номеров»	Знакомство с правилами и проведение игр.		
12	ТБ. Игры на внимание «Запрещённое движение», «Запомни порядок».	Знания правил игр на развитие внимания, умения в них играть		
13	ТБ. Игра «Три движения», «Узнай, чей голосок»	Знания правил игр на развитие внимания, умения в них играть		
14	ТБ. Игра «Маляр и краски»	Знания правил игр на развитие внимания, умения в них играть		
		<b>Игры со скакалкой</b>		

15	ТБ. Игры со скакалкой. «Рыбаки и рыбки»	Комплекс ОРУ со скакалкой.		
16	ТБ. Эстафеты со скакалкой.	Правила игры. Проведение игры.		
		<b>Подвижные игры</b>		
17	ТБ. Игра «Большой мяч».	Комплекс ОРУ с мячом. Строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два		
18	ТБ. Игра с мячом «Бездомный заяц».	Комплекс ОРУ с мячом.		
19	ТБ. Весёлые старты с мячом.	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два		
20	ТБ. Игры с мячом. Эстафета «Озорные мячики»	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два		
21	ТБ. Игра с прыжками «Прыжки кругом»	Знакомство с правилами подвижных игр, умения в них играть		
22	ТБ. Игры на меткость. «Стрельба по мишеням. «Броски снежков»	Знакомство с правилами подвижных игр, умения в них играть		
23	ТБ. Игра «Успей поймать».	Знакомство с правилами подвижных игр, умения в них играть		
24	ТБ. Игра «Бег по следам»»	Знакомство с правилами подвижных игр, умения в них играть		
25	ТБ.Игра «Мяч в воздухе»	Знакомство с правилами подвижных игр, умения в них играть		
26	ТБ. Игра «Собачки»	Знакомство с правилами подвижных игр, умения в них играть		
27	ТБ. Игра «Передал - садись»	Знакомство с правилами подвижных игр, умения в них играть, умение точно передавать мяч		
28	ТБ. Игра «Сторож и воробьи»	Знакомство с правилами подвижных игр, умения в них играть		
29	ТБ. Игра «Медведи и пчёлы»	Знакомство с правилами подвижных игр, умения в них играть		
30	ТБ. Игра «Куры в огороде»	Знакомство с правилами подвижных игр, умения в них играть		
		<b>Спортивные игры</b>		
31	ТБ. Футбол	Игровые правила. Удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Отработка игровых приёмов. Игра.		
32	ТБ. Баскетбол.	Игровые правила. Ведение мяча; броски мяча в кольцо. Отработка игровых приёмов. Броски в корзину.		
33	ТБ. Пионербол	Проведение игры. Перебрасывание мяча через сетку.		

34	ТБ. Спортивный праздник «Мир народных игр»	Спортивные состязания, эстафета.		
----	---	----------------------------------	--	--