

РАССМОТРЕНО:  
на заседании  
методического  
объединения  
протокол № \_\_\_\_\_  
от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ г.

\_\_\_\_\_  
Подпись руководителя МО

СОГЛАСОВАНО:  
Зам. директора по ВР  
МКОУ Октябрьской СШ №9  
\_\_\_\_\_/Ю.Ю. Жаркевич /

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
МКОУ Октябрьской СШ  
№9  
\_\_\_\_\_/О.С. Белов  
/  
Приказ № \_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ г.

Рабочая учебная программа  
Петровой Виктории Валерьевны  
спортивной секции  
«Спортивные игры»  
для 1-4 классов  
МКОУ Октябрьской СШ №9

2020-2021 учебный год  
п. Октябрьский

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале и на площадке веселыми и разнообразными подвижными спортивными играми.

**Назначение программы заключается** в том, что секция «Спортивные игры» является одной из форм работы по предмету «Физическая культура» и переходной ступенью к специализированным занятиям спортом. Она создает для желающих улучшить свою физическую подготовленность и определить интересы и возможности для специализации в том или ином виде спорта. Внеурочная деятельность позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждения интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

**Актуальность программы** в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в создании условий для самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей. Наиболее интересной и физически разносторонней являются подвижные игры, на основе которых развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

Новизна и актуальность программы «Спортивные игры» в том, что она позволяет последовательно решать задачи физического воспитания, так как кратчайший курс к знаниям, к уму пролегает через радость, через игру, которая способствует раскованности, снимает многие противоречия, ставит ребенка перед необходимостью выкладываться до конца.

Отличительными особенностями являются:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение **личностных, метапредметных и предметных результатов** освоения учебного курса.

2. В основу реализации программы положены **ценностные ориентиры и воспитательные результаты**.
3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают **уровневую оценку** в достижении планируемых результатов.
4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией, психологом.
5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

**Сроки реализации программы**-4 года. Программа секции «Спортивные игры» рассчитана на детей от 7-10 лет.

### **Цели:**

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям физической культуры, формирование навыков здорового образа жизни, удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научиться владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

### **Задачи:**

#### 1. Образовательные:

- познакомить учащихся со спортивными играми через подвижные игры, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

#### 1. Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;
- расширять спортивный кругозор детей.

#### 1. Воспитательные:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

### **Форма организации обучения:**

-командная, малыми группами, индивидуальная.

### **Способы проведения занятий:**

Основные задачи теоретических знаний- дать необходимые знания по истории, теории и методике физической культуры, о врачебном контроле и самоконтроле, о гигиене, о

технике безопасности, о первой медицинской помощи при травмах, о технике и тактике видов спорта, о правилах поведения на различных сооружениях.

При подборе средств и методов практических занятий руководитель внеурочной деятельности должен иметь в виду, что каждое занятие должно быть интересным и увлекательным, поэтому следует использовать для этой цели комплексные знания, в содержании которых включаются упражнения из разных видов спорта.

Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными, оздоровительными целями занятия.

### **Методы и приемы проведения занятий:**

Занятия будут проводиться с использованием словесных, демонстрационных и соревновательных методов; таких приемов и форм работы, как рассказ, беседа, контрольное упражнение, контрольный тест.

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающихся 1-4 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 40 минут.

Занятия проводятся в учебном кабинете, закрепленном за классом, спортивном зале и на игровой площадке образовательного учреждения. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» соответствует возрастным особенностям учащихся и способствует формированию культуры здоровья обучающихся.

### **ОПИСАНИЕ МЕСТА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Программа туристско-краеведческой направленности, спортивно-оздоровительного направления.

Занятия проводятся 1 раза в неделю: в 1-2 классы по 1 час 30 минут.

Занятия проводятся 1 раза в неделю: в 3-4 классы по 1 час 30 минут.

Количество часов в год: 1 класс- 33 недели- 66 часов, 2-4 классы- 34 недели- 68 часов.

Всего: 270 часов

### **ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется

здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

## ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- *Личностные результаты*- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личные качества; сформированность основ российской гражданской идентичности;
- *Метапредметные результаты*- освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, );
- *Предметные результаты*- освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению. А также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих умений:

- *Определять и высказывать* под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры»- является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### 1. регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя;
- *прогнозировать* последовательность действий на занятии;
- *учить высказывать* свое предположение (версию) на основе работы с правилами игры, *учить работать* по предложенному учителем плану;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими учениками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности класса на занятии;

- средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

**1. познавательные УУД:**

- делать предварительный отбор подвижных игр;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе предметных рисунков, схематических рисунков, схем;
- средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

**1. коммуникативные УУД:**

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной форме на уровне одного предложения или текста;
- слушать и понимать речь других;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог);
- совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

**Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

- осознание обучающимися необходимости заботы о своем здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**1 класс**

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Бессюжетные игры	12 часов
2	Игры-забавы	14 часов
3	Народные игры	20 часов
4	Любимые игры детей	20 часов
Итого:		66 часов

## 2 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Основы знаний	4 часа
2	Общая физическая подготовка	41 час
3	Подвижные игры на развитие физических качеств	23 часа
Итого:		68 часов

## 3 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Основы знаний	4 часа
2	Общая физическая подготовка	41 час
3	Подвижные игры на развитие физических качеств	23 часа
Итого:		68 часов

## 4 класс

№ п/п	Раздел	Кол-во часов
1	Основы знаний	4 часа
2	Общая физическая подготовка	41 час
3	Подвижные игры на развитие физических качеств	23 часа
Итого:		68 часов

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА СЕКЦИИ

### 1-ЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (1 КЛАСС)

#### Раздел I. Бессюжетные игры.

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля.

#### Раздел II. Игры-забавы.

Учащимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в

необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

### Раздел III. Народные игры.

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

### Раздел IV. Любимые игры детей.

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Это испытать радость.

## 2-ОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (2 КЛАСС)

### Раздел I. Основы знаний

1. Общая характеристика физических качеств: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость.
2. Физические упражнения и подвижные игры как средства развития и совершенствования физических качеств.
3. Профилактика травматизма, причины возникновения травм и правила оказания первой помощи
4. Закаливание и его влияние на организм.

### Раздел II. Общая физическая подготовка.

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с и без предметов (палка, скакалка, мяч).

Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Бег с высокого старта на 30,40 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10м, 3x15 м, бег до 10 минут.

Опорные прыжки, со скакалкой, с высоты до 50 см, в длину с места и в высоту с разбега, напрыгивание на скамейку.

Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 0,5 кг.

Лазание по гимнастической стенке, канату.

Кувырки, перекаты, стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

Скользкий шаг с палками. Подъемы и спуски с небольших склонов.

### Раздел III. Подвижные игры на развитие физических качеств.

Подвижные игры с элементами спортивных игр: «Мяч среднему», «Мяч соседу», «Гонка мячей», «Мяч среднему в шеренгах», эстафеты с ведением мяча, броском мяча после ведения и остановки.



Для развития быстроты и силы: «Догонялки», «Перетягивание в парах», «Вызов номеров», «Парашютисты».

Для развития выносливости: «Салки ноги от земли», «Салки на одной ноге», «Салки с ленточками», «Зайцы в огороде».

Для развития ловкости: «Альпинисты», «Пустое место», «Смотри за сигналом», «Шишки, желуди, орехи», эстафеты с предметами, встречные эстафеты.

Для развития гибкости: «Пройти без шумно», «Встречи на скамейках», «Прыжок и кувырок», «Медвежата за медом».

Подвижные игры на внимание: «Фигуры», «Выставка картин», «Что изменилось?», «Музыкальная змейка».

Подвижные игры на лыжах: «Солнышко», «Прокладка железной дороги», «Маршевые салки», «Кто первый», «Кто быстрее?»

### 3-ИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (3 КЛАСС)

#### Раздел I. Основы знаний

1. Правила по ТБ при проведении спортивных игр.
2. Здоровье и режим дня.
3. История развития спортивных игр в России и за рубежом.
4. Переохлаждение и его предупреждение на занятиях по лыжной подготовке.

#### Раздел II. Общая физическая подготовка.

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.

Бег с ускорением на 30,40, 50 метров. Бег с высокого старта на 30, 40, 50 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10 м, 6x10 м, бег до 10 минут.

Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину.

Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 0,5 кг.

Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями.

Передвижение попеременным двухшажным ходом без палок и с палками. Подъем «полуелочкой» и «лесенкой». Спуски в высокой и низкой стойках.

#### Раздел III. Подвижные игры на развитие физических качеств.

- подвижные игры с элементами спортивных игр: «Передача мяча в колоннах», «День и ночь», «Гонка мячей по кругу», «Попади в мяч», «Передал-садись», «Два мяча», «Не давай мяч вошедшему», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения и остановки;

- Для развития быстроты и силы: «Охотники и утки», «Попрыгунчики-воробушки», «Караси и щуки»;

- Для развития выносливости: «Перебежки», «Змейка», «Иголка и нитка», «Салки - дай руку!», «Линейная эстафета», «Круговая эстафета», «Кто обгонит»;

- Для развития ловкости: «Подвижная цель», «Третий лишний», эстафеты с предметами, встречные эстафеты;
- Для развития гибкости: «Разведчики», «Встречи на скамейках», «Прыжок и кувырок», «Медвежата за медом»;
- Подвижные игры на внимание: «Класс смирно», «Правильно- неправильно», «Угадай кто подходил», «Музыкальная змейка»;
- Подвижные игры на лыжах: «Салки на марше», «На буксире», «Кто первый», «Биатлон», «Кто быстрее?».

#### 4-ИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (4 КЛАСС)

##### Раздел I. Основы знаний

1. Правила по ТБ при проведении спортивных игр.
2. Характеристика деятельности спортивных секций по видам спорта и детско-юношеских спортивных школ.
3. Характеристика пионербола, правила игры, судейство.
4. Характеристика баскетбола, правила игры, судейство.

##### Раздел II. Общая физическая подготовка.

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.

Бег с ускорением на 30,40, 50 метров. Бег с высокого старта на 60-100 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10 м, 6x10 м, бег 10-12 минут.

Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину.

Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг.

Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями. Длинные кувырки через препятствия высотой 60 см

Попеременный двухшажный ход. Спуски с пологих склонов с прохождением ворот из лыжных палок. Торможение «Плугом» и «Упором». Повороты переступанием в движении. Подъем «Лесенкой»

##### Раздел III. Подвижные игры на развитие физических качеств.

- подвижные игры с элементами спортивных игр: «Передача мяча в колоннах», «Гонка мячей по кругу», «Перестрелка», «Мяч ловцу», пионербол и баскетбол по упрощенным правилам;

- Для развития быстроты и силы: «Борьба за мяч»;

- Для развития выносливости: «Удочка», «Комбинированная эстафета», «Эстафета зверей», «Линейная эстафета», «Круговая эстафета», «Кто обгонит»;

- Для развития ловкости: «Челночная эстафета», «Третий лишний», эстафеты с предметами, встречные эстафеты;

-Для развития гибкости: «Разведчики», «Встречи на скамейках»;

-Подвижные игры на внимание: «Класс смирно», «Правильно- неправильно», «Угадай кто подходил», «Музыкальная змейка»;

- Подвижные игры на лыжах: «Попади в ворота», «Кто первый», «Биатлон», «Кто быстрее?», «Куда укачишься за два шага?».

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА**

Для реализации программы «Спортивные игры» необходима **материально-техническая база**:

обручи, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, гимнастические маты, канат, гимнастическая стенка, лыжи, футбольное поле, площадка для игры в баскетбол, волейбол.

Место проведения: в спортивном зале (в холодное время года), на спортивной площадке (в теплое время года).

### **Список литературы для обучающихся**

1. Маюров, А.Н., Маюров, Я.А. В здоровом теле – здоровый дух. Учебное пособие для ученика и учителя. – М., Педагогическое общество России, 2004.
2. Садыкова, С.Л. Физическая культура. 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время. – Волгоград: Учитель, 2008.

### **Список литературы для учителя**

1. Баранцев, С.А., Береуцин, Г.В. и др. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1988.
2. Геллер, Е.М. Знакомьтесь: Спортландия. – М.: «Знание», 1989.
3. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы. - М.: ВАКО 2004.
4. Жуков, М.Н. Подвижные игры: Учебник для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000.
5. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004.
6. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от одного года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994.
7. Чайцев, В.Г., Пронина, И.В. Новые технологии физического воспитания школьников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2007.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ №1**

### **Предполагаемые результаты, формы, критерии их оценки:**

#### *Знать и иметь представление:*

- О связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- О режиме дня и личной гигиене;
- О способах изменения направления и скорости движения;
- О соблюдении правил игры;

#### *уметь:*

- Выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- Выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- Выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- Выполнять строевые упражнения;
- Соблюдать правила игры;
- Элементарно владеть мячом: держание, передача на расстоянии до 5 метров, ловля ведение;
- Играть в одну из игр, комплексно воздействующих на организм ребенка, типа «Пионербол», «Перестрелка», мини- баскетбол.

#### **Способы проверки образовательной программы:**

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

#### **Формы подведения итогов реализации образовательной программы:**

- спортивные праздники и конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного и городского масштаба.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ №2**

### **Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы спортивной секции.**

Воспитательные результаты любого из видов деятельности школьников, в данном случае «спортивно-оздоровительного» распределяются по трем уровням.

**Первый уровень результатов** – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

**Второй уровень результатов** – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

**Третий уровень результатов** – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно *становится* (а не просто *узнает о том, как стать*) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

Для отслеживания динамики развития младших школьников в начале и конце года проводится диагностика по методике «Оцени себя сам», а по окончании курса – анкетирование с целью получения обратной связи о целесообразности занятий психологией, также осуществляются беседы с учителями и родителями

**Календарно-тематическое планирование  
1-ый год обучения**

№ п/п	Дата		Разделы программы/ темы занятий	Кол-во часов		Основные виды внеурочной деятельности обучающихся
	По плану	По факту		Теория	практика	
1			Организационно-методические требования на занятиях «Спортивные игры»	1		Ознакомление с правилами ТБ при проведении спортивных игр
2			Бессюжетные игры. «Вороны и воробьи»	0,5	0,5	Знакомство с бессюжетными играми.
3			П/и «Ловишки-перебежки»	1		Отработка игровых действий
4			П/и «Паровозик»		1	Знакомство с техникой передвижений, стоек, поворотов
5			П/и «Белые медведи»		1	Разучивание игры
6			П/и «На одной ноге»		1	Разучивание игры
7			П/и «Петушиный бой»		1	Разучивание игры
8			П/и «Веселый бег»»		1	Разучивание игры
9			П/и «Веселый бег»		1	Практическое занятие
10			П/и «Попади в след»		1	Разучивание игры
11			П/и «Заря-заряница»		1	Разучивание игры
12			Закрепление игр		1	Практическое занятие
13			Игры-забавы. П/и «Охота на тигра»	0,5	0,5	Познакомить обучающихся с играми забавами.

						Разучивание игры
14			П/и «Донеси рыбку»		1	Разучивание игры
15			П/и «Черепаша- путешественница»		1	Разучивание игры
16			П/и «Собери орехи»		1	Разучивание игры
17			П/и «Повяжу я шелковый платочек»		1	Разучивание игры
18			П/и «Флаг на башне»		1	Разучивание игры
19			П/и «Флаг на башне»		1	Практическое занятие
20			П/и «Волк во рву»		1	Разучивание игры
21			П/и «Волк во рву»		1	Практическое занятие
22			П/и «Командные собачки»		1	Разучивание игры
23			П/и «Командные собачки»		1	Практическое занятие
24			П/и «Салки с домиками»		1	Разучивание игры
25			П/и «Салки дай руку»		1	Практическое занятие
26			Закрепление игр		1	Практическое занятие
27			Народные игры. Русская народная игра «Краски»	0,5	0,5	Познакомить обучающихся с элементами народных игр.
28			Русская народная игра «Краски»		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
29			Русская народная игра «Стадо»		1	Разучивание игры
30			Русская народная игра «Стадо»		1	Практическое занятие
31			Таджикская народная игра «Горный козел»		1	Разучивание игры
32			Таджикская народная игра		1	Практическое

			«Горный козел»			занятие
33			Украинская народная игра «Хлебец»		1	Разучивание игры
34			Чеченская народная игра «Игра в башню»		1	Разучивание игры
35			Чеченская народная игра «Игра в башню»		1	Практическое занятие
36			Дагестанская народная игра «Достань шапку»		1	Разучивание игры
37			Дагестанская народная игра «Достань шапку»		1	Практическое занятие
38			Бурятская народная игра «Волк и ягнята»		1	Разучивание игры
39			Бурятская народная игра «Волк и ягнята»		1	Практическое занятие
40			Чувашская народная игра «Спутанные кони»		1	Разучивание игры
41			Чувашская народная игра «Спутанные кони»		1	Практическое занятие
42			Армянская народная игра «Статуя»		1	Разучивание игры
43			Японская народная игра «Аист и лягушки»		1	Разучивание игры
44			Японская народная игра «Аист и лягушки»		1	Практическое занятие
45			Закрепление игр		1	Практическое занятие
46			Закрепление игр		1	Практическое занятие
47			Любимые игры детей. П/и «Увернись от мяча»	0,5	0,5	Познакомить обучающихся с играми, в которые играли их родители.
48			П/и «Третий лишний»		1	Разучивание игры
49			П/и «мяч среднему», «Мяч соседу»		1	Практическое занятие
50			П/и «Совушка»		1	Разучивание игры
51			П/и «Совушка»		1	Практическое занятие
52			П/и «Два мороза»		1	Выполнение



						упражнений на развитие общей физической подготовки
53			П/и «Пустое место»		1	Разучивание игры
54			П/и «Пустое место»		1	Практическое занятие
55			П/и «Запрещенное движение»		1	Разучивание игры
56			П/и «Запрещенное движение»		1	Практическое занятие
57			П/и «Казачьи разбойники»		1	Отработка игровых действий
58			П/и «Казачьи разбойники»		1	Практическое занятие
59			Челночная эстафета		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
60			П/и «Перестрелки», «Мяч ловцу»		1	Практическое занятие
61			П/и «Вышибалы»		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
62			П/и «Вышибалы»		1	Практическое занятие
63			П/и «Пятнашки»		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
64			П/и «Пятнашки»		1	Практическое занятие
65			Челночная эстафета		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств

66			Итоговый контроль в рамках промежуточной аттестации		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
Итого:				4	62	66 часов

**Календарно-тематическое планирование  
2-ой год обучения**

№ п/п	Дата		Разделы программы/ темы занятий	Кол-во часов		Основные виды внеурочной деятельности обучающихся
	По плану	Фактически		Теория	практика	
1			Правила ТБ при проведении спортивных игр	1		Ознакомление с правилами ТБ при проведении спортивных игр
2			Гигиена, предупреждение травм, самоконтроль.	1		Повторение ТБ на занятиях. Личная гигиена.
3			Характеристика баскетбола, правила игры.	1		Знакомство с игрой в баскетбол, правилами игры
4			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Знакомство с техникой передвижений, стоек, поворотов
5			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Закрепление техники передвижений, стоек, поворотов
6			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	Познакомить с комбинацией основных элементов

						техники передвижений
7			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	закрепить комбинацию основных элементов техники передвижений
8			Ловля и передача мяча от груди		1	Техника ловли и передачи мяча от груди
9			Передача мяча в парах на месте		1	Техника передачи мяча в парах
10			Передача мяча в парах в движении		1	Техника передачи мяча в парах
11			Броски мяча одной рукой		1	Техника броска мяча одной рукой
12			Броски мяча в корзину		1	Техника броска мяча в корзину
13			Активные приемы защиты		1	Познакомить обучающихся с активными приемами защиты
14			Персональная защита		1	Познакомить обучающихся с персональной защитой
15			Развитие двигательных качеств		1	Познакомить обучающихся с упражнениями для развития двигательных качеств
16			Элементы баскетбола		1	Познакомить обучающихся с элементами баскетбола

17			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
18			П/и «Чинок»		1	Повторить элементы баскетбола.
19			П/и «Малый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
20			Техника передвижения с мячом		1	Техника передвижения с мячом
21			Комбинации из элементов		1	Закрепить комбинацию основных элементов баскетбола
22			Ловля и передача мяча двумя руками от груди		1	Техника ловли и передачи мяча двумя руками от груди
23			Передачи в парах на месте		1	Повторить техники передачи мяча
24			Броски мяча двумя руками		1	Повторить технику броска мяча двумя руками
25			Броски мяча в корзину		1	Повторить технику броска мяча в корзину
26			Активные приемы защиты		1	Повторить активные приемы защиты
27			Персональная защита		1	Повторить технику персональной защиты
28			Развитие двигательных качеств		1	Повторить упражнения на развитие

						двигательных качеств
29			Двусторонние игры		1	Познакомить обучающихся с правилами двусторонних игр
30			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
31			П/и «Малый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
32			П/и «Чинок»		1	Повторить элементы баскетбола.
33			Правила безопасности на лыжах. Закаливание и его влияние на организм	1		Вспомнить правила безопасности на лыжах. Познакомить обучающихся с приемами закаливания и его влияния на организм
34			П/и «Кто дальше поскользит»		1	Повторить технику скольжения и торможения.
35			П/и «Биатлон»		1	Познакомить с правилами биатлона.
36			П/и «Попади в ворота»		1	Развитие точности катания на лыжах
37			Встречные эстафеты		1	Познакомить с правилами встречных эстафет
38			П/и «Салки на лыжах»		1	Познакомить с правилами игры «Салки

						на лыжах»
39			П/и «Кто дальше поскользит»		1	Повторить технику скольжения и торможения.
40			П/и «Биатлон»		1	Повторить правила игры биатлона.
41			П/и «Попади в ворота»		1	Развитие точности катания на лыжах
42			Спуски в высокой и низкой стойках		1	Вспомнить технику спуска в высокой и низкой стойках
43			П/и «Салки на лыжах»		1	Развитие точности и быстроты катания на лыжах
44			П/и «Перестрелки»		1	Развитие точности и быстроты катания на лыжах
45			П/и «Перестрелки»		1	Развитие точности и быстроты катания на лыжах
46			Правила игры в пионербол	1		Познакомить с правилами игры в пионербол
47			Передача мяча в парах, тройках		1	Техника передачи мяча в парах, тройках
48			Техника подачи мяча		1	Техника подачи мяча
49			П/и «Пионербол»		1	Разучивание

						игры.
50			П/и «Пионербол»		1	Практическое занятие
51			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Разучивание игр
52			Общая физическая подготовка		1	Выполнение упражнений на развитие общей физической подготовки
53			Характеристика баскетбола, правила игры, судейство	1		Познакомить обучающихся с правилами игры в баскетбол и правилами судейства
54			Общая физическая подготовка		1	Выполнение упражнений на развитие общей физической подготовки
55			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Практическое занятие
56			Общая физическая подготовка		1	Выполнение упражнений на развитие общей физической подготовки
57			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Отработка игровых действий
58			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Практическое занятие
59			Челночная эстафета		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств

60			П/и «Перестрелки», «Мяч ловцу»		1	Практическое занятие
61			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
62			П/и «Передал - садись», «Два мяча»		1	Практическое занятие
63			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
64			Разучивание п/и «Не давай мяч водящему», «Третий лишний»		1	Практическое занятие
65			Челночная эстафета		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
66			Комбинированная эстафета		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
67			Игротека подвижных игр		1	Практическое занятие
68			Итоговый контроль в рамках промежуточной аттестации		1	
Итого:				6	62	68 часов

**Календарно-тематическое планирование**  
3-ий год обучения

№ п/п	Дата		Разделы программы/ темы занятий	Кол-во часов		Основные виды внеурочной деятельности обучающихся
	По плану	Фактически		Теория	практика	
1			Правила ТБ при проведении спортивных игр	1		Ознакомление с правилами ТБ при



						проведении спортивных игр
2			Здоровье и режим дня.	1		Повторение ТБ на занятиях. Личная гигиена.
3			История развития спортивных игр в России и за рубежом	1		Познакомить с развитием спортивных игр в России и за рубежом
4			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Знакомство с техникой передвижений, стоек, поворотов
5			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Закрепление техники передвижений, стоек, поворотов
6			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	Повторить комбинации основных элементов техники передвижений
7			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	закрепить комбинацию основных элементов техники передвижений
8			Ловля и передача мяча от груди		1	Техника ловли и передачи мяча от груди
9			Передача мяча в парах на месте		1	Техника передачи мяча в парах
10			Передача мяча в парах в движении		1	Техника передачи мяча в парах

11			Броски мяча одной рукой		1	Техника броска мяча одной рукой
12			Броски мяча в корзину		1	Техника броска мяча в корзину
13			Активные приемы защиты		1	Познакомить обучающихся с активными приемами защиты
14			Персональная защита		1	Познакомить обучающихся с персональной защитой
15			Развитие двигательных качеств		1	Познакомить обучающихся с упражнениями для развития двигательных качеств
16			Элементы баскетбола		1	Познакомить обучающихся с элементами баскетбола
17			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
18			П/и «Чинок»		1	Повторить элементы баскетбола.
19			П/и «Малый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
20			Техника передвижения с мячом		1	Техника передвижения с мячом
21			Комбинации из элементов		1	Закрепить комбинацию основных элементов баскетбола

22			Ловля и передача мяча двумя руками от груди		1	Техника ловли и передачи мяча двумя руками от груди
23			Передачи в парах на месте		1	Повторить техники передачи мяча
24			Броски мяча двумя руками		1	Повторить технику броска мяча двумя руками
25			Броски мяча в корзину		1	Повторить технику броска мяча в корзину
26			Активные приемы защиты		1	Повторить активные приемы защиты
27			Персональная защита		1	Повторить технику персональной защиты
28			Развитие двигательных качеств		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
29			Двусторонние игры		1	Познакомить обучающихся с правилами двусторонних игр
30			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
31			П/и «Малый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
32			П/и «Чинок»		1	Повторить элементы баскетбола.
33			Переохлаждение и его	1		Вспомнить

			предупреждение на занятиях по лыжной подготовке.			правила безопасности на лыжах. Познакомить обучающихся с приемами закаливания и его влияния на организм
34			П/и «Кто дальше проскользит»		1	Повторить технику скольжения и торможения.
35			П/и «Биатлон»		1	Познакомить с правилами биатлона.
36			П/и «Попади в ворота»		1	Развитие точности катания на лыжах
37			Встречные эстафеты		1	Познакомить с правилами встречных эстафет
38			П/и «Салки на лыжах»		1	Познакомить с правилами игры «Салки на лыжах»
39			П/и «Кто дальше поскользит»		1	Повторить технику скольжения и торможения.
40			П/и «Биатлон»		1	Повторить правила игры биатлона.
41			П/и «Попади в ворота»		1	Развитие точности катания на лыжах
42			Встречные эстафеты		1	Вспомнить технику спуска в высокой и низкой

						стойках
43			П/и «Салки на лыжах»		1	Развитие точности и быстроты катания на лыжах
44			П/и «Перестрелки»		1	Развитие точности и быстроты катания на лыжах
45			П/и «Перестрелки»		1	Развитие точности и быстроты катания на лыжах
46			Правила игры в пионербол		1	Познакомить с правилами игры в пионербол
47			Передача мяча в парах, тройках	1		Техника передачи мяча в парах, тройках
48			Техника подачи мяча		1	Техника подачи мяча
49			П/и «Пионербол»		1	Разучивание игры.
50			П/и «Пионербол»		1	Практическое занятие
51			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Разучивание игр
52			Общая физическая подготовка		1	Выполнение упражнений на развитие общей физической подготовки
53			Характеристика баскетбола, правила игры, судейство		1	Познакомить обучающихся с правилами игры в баскетбол и

						правилами судейства
54			Общая физическая подготовка	1		Выполнение упражнений на развитие общей физической подготовки
55			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Практическое занятие
56			Общая физическая подготовка		1	Выполнение упражнений на развитие общей физической подготовки
57			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Отработка игровых действий
58			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Практическое занятие
59			Челночная эстафета		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
60			П/и «Перестрелки», «Мяч ловцу»		1	Практическое занятие
61			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
62			П/и «Передал - садись», «Два мяча»		1	Практическое занятие
63			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
64			Разучивание п/и «Не давай мяч водящему», «Третий лишний»		1	Практическое занятие

65			Челночная эстафета		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
66			Комбинированная эстафета		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
67			Игротека подвижных игр		1	Практическое занятие
68			Итоговый контроль в рамках промежуточной аттестации		1	
Итого:				6	62	68 часов

**Календарно-тематическое планирование**  
4-ий год обучения

№ п/п	Дата		Разделы программы/ темы занятий	Кол-во часов		Основные виды внеурочной деятельности обучающихся
	По плану	Фактически		Теория	практика	
1			Правила ТБ при проведении спортивных игр	1		Ознакомление с правилами ТБ при проведении спортивных игр
2			Характеристика деятельности спортивных секций по видам спорта и детско-юношеских школ.	1		Повторение ТБ на занятиях. Личная гигиена.
3			Характеристика баскетбола, правила игры	1		Познакомить с развитием спортивных игр в России и за рубежом
4			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Знакомство с техникой передвижений, стоек, поворотов
5			Овладение техникой передвижений, стоек, поворотов.		1	Закрепление техники передвижений, стоек, поворотов
6			Комбинация из основных элементов техники		1	Повторить комбинации основных

			передвижений			элементов техники передвижений
7			Комбинация из основных элементов техники передвижений		1	закрепить комбинацию основных элементов техники передвижений
8			Ловля и передача мяча от груди		1	Техника ловли и передачи мяча от груди
9			Передача мяча в парах на месте		1	Техника передачи мяча в парах
10			Передача мяча в парах в движении		1	Техника передачи мяча в парах
11			Броски мяча одной рукой		1	Техника броска мяча одной рукой
12			Броски мяча в корзину		1	Техника броска мяча в корзину
13			Активные приемы защиты		1	Познакомить обучающихся с активными приемами защиты
14			Персональная защита		1	Познакомить обучающихся с персональной защитой
15			Развитие двигательных качеств		1	Познакомить обучающихся с упражнениями для развития двигательных качеств
16			Элементы баскетбола		1	Познакомить обучающихся с элементами баскетбола
17			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
18			П/и «Чинок»		1	Повторить элементы баскетбола.
19			П/и «Малый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
20			Техника передвижения с мячом		1	Техника передвижения с мячом
21			Комбинации из элементов		1	Закрепить



						комбинацию основных элементов баскетбола
22			Ловля и передача мяча двумя руками от груди		1	Техника ловли и передачи мяча двумя руками от груди
23			Передачи в парах на месте		1	Повторить техники передачи мяча
24			Броски мяча двумя руками		1	Повторить технику броска мяча двумя руками
25			Броски мяча в корзину		1	Повторить технику броска мяча в корзину
26			Активные приемы защиты		1	Повторить активные приемы защиты
27			Персональная защита		1	Повторить технику персональной защиты
28			Развитие двигательных качеств		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
29			Двусторонние игры		1	Познакомить обучающихся с правилами двусторонних игр
30			П/и «Массовый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
31			П/и «Малый баскетбол»		1	Повторить элементы баскетбола.
32			П/и «Чинок»		1	Повторить элементы баскетбола.
33			Переохлаждение и его предупреждение на занятиях по лыжной подготовке.	1		Вспомнить правила безопасности на лыжах. Познакомить обучающихся с приемами закаливания и его влияния на организм
34			П/и «Кто дальше проскользит»		1	Повторить технику скольжения и торможения.
35			П/и «Биатлон»		1	Познакомить с правилами биатлона.
36			П/и «Попади в ворота»		1	Развитие точности

						катания на лыжах
37			Встречные эстафеты		1	Познакомить с правилами встречных эстафет
38			П/и «Салки на лыжах»		1	Познакомить с правилами игры «Салки на лыжах»
39			П/и «Кто дальше поскользит»		1	Повторить технику скольжения и торможения.
40			П/и «Биатлон»		1	Повторить правила игры биатлона.
41			П/и «Попади в ворота»		1	Развитие точности катания на лыжах
42			Спуски в высокой и низкой стойках		1	Вспомнить технику спуска в высокой и низкой стойках
43			П/и «Салки на лыжах»		1	Развитие точности и быстроты катания на лыжах
44			П/и «Перестрелки»		1	Развитие точности и быстроты катания на лыжах
45			П/и «Перестрелки»		1	Развитие точности и быстроты катания на лыжах
46			Характеристика пионербола, правила игры, судейство	1		Познакомить с правилами игры в пионербол
47			Передача мяча в парах, тройках		1	Техника передачи мяча в парах, тройках
48			Техника подачи мяча		1	Техника подачи мяча
49			П/и «Пионербол»		1	Практическое занятие
50			П/и «Пионербол»		1	Практическое занятие
51			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Разучивание игр
52			Общая физическая подготовка		1	Выполнение упражнений на развитие общей физической подготовки
53			Характеристика баскетбола, правила игры, судейство	1		Познакомить обучающихся с

						правилами игры в баскетбол и правилами судейства
54			Общая физическая подготовка		1	Выполнение упражнений на развитие общей физической подготовки
55			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Практическое занятие
56			Общая физическая подготовка		1	Выполнение упражнений на развитие общей физической подготовки
57			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Отработка игровых действий
58			П/и «Передача мяча в колоннах», «Гонка мяча по кругу»		1	Практическое занятие
59			Челночная эстафета		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
60			П/и «Перестрелки», «Мяч ловцу»		1	Практическое занятие
61			Полоса препятствий «Разведчики»		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
62			П/и «Передал - садись», «Два мяча»		1	Практическое занятие
63			Эстафета с предметами, встречные эстафеты		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
64			Разучивание п/и «Не давай мяч водящему», «Третий лишний»		1	Практическое занятие
65			Челночная эстафета		1	Повторить упражнения на развитие двигательных качеств
66			Комбинированная эстафета		1	Повторить

						упражнения на развитие двигательных качеств
67			Игротека подвижных игр		1	Практическое занятие
68			Итоговый контроль в рамках промежуточной аттестации		1	
Итого:				6	62	