

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа №37"

Принят
на заседании педагогического совета
протокол № 9 от 22.08.2024

Утверждаю
директор МБОУ «СОШ №37»
О.А.Лаптева
приказ № 111 от 22.08.2024

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 37"

Подпись: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 37"
DN: С=RU, S=Алтайский край, STREET="ул. Георгия Исмакова,
120а", L=Барнаул, T=Директор, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 37",
OU="1022200895675, СНИЛС=00345199232, ИНН
ЮЛ=2221031040, ИНН=22230602136,
E=lapteva22@mail.ru, O=Оксана Александровна,
314Лаптева, SN="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 37"
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местопоимание:
Дата: 2024-08-04 14:07:58

Рабочая программа
ВНУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Двигательная активность»
на 2024/2025 учебный год

Программа рассчитана на 33 часа в год – 1 классы; 34 часа в год – 2-4 классы, с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут. Содержание отвечает требованию к организации внеурочной деятельности.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами программы внеурочной деятельности является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1.Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;

вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Содержание курса внеурочной деятельности:

Курс «Спортивный час» состоит из 4 разделов:

1. Раздел - “Эстафеты”, изучается с 1 по 4 класс.
2. Раздел - “Подвижные игры”, изучается с 1 по 3 класс.
3. Раздел - “Командные игры”, изучается с 1 по 4 класс.
4. Раздел - “Игры народов России”, изучается во 2 и 4 классах.

	Разделы	Кол-во часов
1 класс		
	Подвижные игры	10
	Командные игры	10
	Эстафеты	13
	итого	33
2 класс		
	Командные игры	11
	Подвижные игры	5
	Эстафеты	13
	Игры народов	5
	итого	34
3 класс		
	Подвижные игры	4
	Эстафеты	6
	Командные игры	24
	итого	34
4 класс		
	Игры народов	5
	Эстафеты	5
	Командные игры	24
	итого	34

Тематическое планирование 1 класс

№ занятия	Наименование разделов и тем занятий	Количество часов	Примечание
1- 4.	Эстафеты	4	
5-7.	Подвижная игра «Воробьи - вороны»	3	
8-12.	Эстафеты	5	
13-15.	Подвижная игра «Охотники и утки»	3	
16-17.	Эстафеты	2	
18-19.	Подвижная игра «Два мороза»	2	
20-21.	Подвижная игра «Догонялки с мячом»	2	
22-26.	Командная игра «Перестрелка»	5	
27-28.	Эстафеты	2	
29-33.	Командная игра «Перестрелка»	5	

Тематическое планирование 2 класс

№ занятия	Наименование разделов и тем занятий	Количество часов	Примечание
1- 8.	Эстафеты	8	
9.	Подвижная игра «Классики»	1	
10.	Подвижная игра «Корзиночки»	1	
11.	Подвижная игра «Ниточка - иголочка»	1	
12-13.	Командная игра «Перестрелка»	2	
14-15.	Эстафеты	2	
16-17.	Подвижная игра «Охотники и утки»	2	
18-21.	Командная игра «Перестрелка»	4	
22-24.	Эстафеты	3	
25.	Игры народов «Жмурки» - бурятская игра	1	
26.	Игры народов «Платочек» - русская игра.	1	
27.	Игры народов «Путаница» - белорусская игра	1	
28-32.	Командная игра «Перестрелка»	5	
33.	Игры народов «Хищник в море» - чувашская игра	1	
34.	Игры народов «Перетягивание на палках» - якутская игра	1	
	итого	34	

Тематическое планирование 3 класс

№ занятия	Наименование разделов и тем занятий	Количество часов	Примечание
1- 2.	Эстафеты	2	
3-4.	Подвижная игра «Охотники и утки»	2	
5-13.	Командная игра «Перестрелка»	9	
14-15.	Эстафеты	2	
16-21.	Командная игра «Пионербол»	6	
22-23.	Эстафеты	2	
24.	Подвижная игра «Третий лишний»	1	
25-27.	Командная игра «Пионербол»	3	
28.	Подвижная игра «Волк во рву»	1	
29-34.	Командная игра «Пионербол»	6	
	Итого	3	

Тематическое планирование 4 класс

№ занятия	Наименование разделов и тем занятий	Количество часов	Примечание
1.	Подвижная игра «Семь камней»	1	
2.	Подвижная игра «Ястребы и ласточки»	1	
3.	Подвижная игра «Колдун»	1	
4.	Подвижная игра «Медведи и пчелы»	1	
5.	Подвижная игра «Курицы и цыплята»	1	
6-13.	«Пионербол»	8	
14-15.	Эстафеты	2	
16-21.	«Пионербол»	6	
22-24.	«Эстафеты»	3	
25-34.	«Пионербол»	10	
	Итого:	34	

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса:

1. Программно-нормативное обеспечение

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденного приказом Минобразования РФ № 373 от 06.10.2009 г.
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина РФ.

2. Методические пособия для учителя

Внеурочная деятельность учащихся. Лёгкая атлетика : пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. — М. : Просвещение, 2011. — 93 с. : ил. — (Работаем по новым стандартам). — ISBN 978- 5-09-018773-2.

3. Литература для учащихся

Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/В.И. Лях.-14-е изд. – М. : Просвещение, 2013. – 190 с.

4. Техническое обеспечение

- футбольный мяч
- эстафетные палочки
- баскетбольный мяч
- гимнастический обруч
- волейбольный мяч

Приложение № 1
Календарно-тематическое планирование
1 класс

№	Тема занятия	Цель	Дата
1-4	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
5-7	Подвижная игра «Воробы и вороны»	Формирование двигательных активности	
8-12	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
13-15	Подвижная игра «Охотники и утки»	развивать скорость качества, координационные способности и быстроту реакции; развивать двигательную активность детей. укрепить мышцы голени и стопы, учить правильному восстановлению дыхания.	
16-17	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
18-19	Подвижная игра «Два мороза»	развивать концентрацию внимания, скоростно- силовые способности и детей и умение четко соблюдать правила	
20-21	Подвижная игра «Догонялки с мячом»	ознакомить с различными способами выполнения отдельных общеразвивающих упражнений	
22-26	Подвижная игра «Перестрелка»	развивать координацию движения и равновесия, ловкость, гибкость, внимание; совершенствовать строевые элементы, изученные ранее; повторить построение в колонну по одному, упражнения в подбрасывании и ловле мяча, развивать	

		равновесие, прыгучесть и внимательность, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение работать в группах.	
27-28	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
29-33	Подвижная игра «Перестрелка»	развивать координацию движения и равновесия, ловкость, гибкость, внимание; совершенствовать строевые элементы, изученные ранее; повторить построение в колонну по одному, упражнения в подбрасывании и ловле мяча, развивать равновесие, прыгучесть и внимательность, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение работать в группах.	
2 класс			
1-8.	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
9.	Подвижная игра «Классики»	Развивать физическое здоровье детей (мышцы ног, координацию движений, глазомер, меткость)	
10.	Подвижная игра «Корзиночки»	Разучить технику бросков мяча в корзину двумя руками снизу после ведения. Совершенствовать технику выполнения ловли-передачи мяча на месте и в движении.	
11.	Подвижная игра «Ниточка - иголочка»	Активизация совместной деятельности, работа в группе.	
12-13.	Командная игра «Перестрелка»	развивать координацию движения и равновесия, ловкость, гибкость, внимание; совершенствовать строевые элементы, изученные ранее; повторить построение в колонну по одному, упражнения в подбрасывании и ловле мяча, развивать равновесие, прыгучесть и внимательность, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение работать в группах.	
14-15.	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	

16-17.	Подвижная игра «Охотники и утки»	развивать скорость качества, координационные способности и быстроту реакции; развивать двигательную активность детей. укрепить мышцы голени и стопы, учить правильному восстановлению дыхания	
18-21.	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
22-24.	Командная игра «Перестрелка»	развивать координацию движения и равновесия, ловкость, гибкость, внимание; совершенствовать строевые элементы, изученные ранее; повторить построение в колонну по одному, упражнения в подбрасывании и ловле мяча, развивать равновесие, прыгучесть и внимательность, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение работать в группах.	
25.	Игры народов «Жмурки»	Формирование основ взаимодействия в команде; закрепление умений и навыков ловли и передачи мяча; • развитие ловкости, быстроты, координации, укрепление здоровья, привитие интереса к здоровому образу жизни; снятие эмоционального стресса; развитие чувства дружбы, взаимопомощи, взаимовыручки, коллективизма	
26..	Игры народов «Платочек»	Учить в ходьбе друг за другом, не наталкиваясь; действовать по показу и словесным указаниям; прыгать через предмет; Развивать у детей эмоциональность, выразительность движений; Воспитывать внимание и осторожность	
27.	Игры народов «Путаница»	создание настроения на совместную работу, снижение мышечного и эмоционального напряжения.	
28-32	Командная игра «Перестрелка»	развивать координацию движения и равновесия, ловкость, гибкость, внимание; совершенствовать строевые элементы, изученные ранее; повторить построение в колонну по одному, упражнения в подбрасывании и ловле мяча, развивать равновесие, прыгучесть и внимательность, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение работать в группах.	
33.	Игры народов «Хищник в море»	Совершенствовать умения и навыки в метаниях в цель , совершенствовать технику лазания по канату, технику выполнения упражнений в равновесии. Развивать физические качества и двигательные способности учащихся. Развивать и совершенствовать функцию равновесия, координацию, способствовать формированию правильной осанки.	

		Создавать условия и возможности для проявления инициативы и творчества детей, воспитывать умения преодолевать трудности, укреплять внутриколлективные отношения	
34.	Игры народов «Перетягивание на палках»	Познакомить учащихся с национальными играми народов Севера, совершенствовать технику тройного прыжка с места; совершенствование исследовательских навыков; повышение мотивации к обучению.	
3 класс			
1-2.	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
3-4.	Подвижная игра «Охотники и утки»	развивать скорость качества, координационные способности и быстроту реакции; развивать двигательную активность детей. укрепить мышцы голени и стопы, учить правильному восстановлению дыхания.	
5-13.	Командная игра «Перестрелка»	развивать координацию движения и равновесия, ловкость, гибкость, внимание; совершенствовать строевые элементы, изученные ранее; повторить построение в колонну по одному, упражнения в подбрасывании и ловле мяча, развивать равновесие, прыгучесть и внимательность, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, умение работать в группах.	
14-15.	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
16-21.	Командная игра «Пионербол»	формирование знаний об игре пионербол спортивного направления; совершенствование умений выполнять основные приемы игры; воспитание организованности и чувства коллективизма.	
22-23.	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
24.	Подвижная игра «Третий лишний»	развивать ловкость и быстроту бега	

25-27.	Командная игра «Пионербол»	формирование знаний об игре пионербол спортивного направления; совершенствование умений выполнять основные приемы игры; воспитание организованности и чувства коллективизма	
28.	Подвижная игра «Волк во рву»		
29-34.	Командная игра «Пионербол»	формирование знаний об игре пионербол спортивного направления; совершенствование умений выполнять основные приемы игры; воспитание организованности и чувства коллективизма	
4 класс			
1.	Подвижная игра «Семь камней»	развивать быстроту реакции, меткость, глазомер, умение работать в команде. Материал: ящик ощущений, различные камни	
2.	Подвижная игра «Ястребы и ласточки»	Формирование двигательных активности	
3.	Подвижная игра «Колдун»	Совершенствовать навыки выполнения упражнения на пресс. Совершенствовать такие физические качества, как выносливость. Способствовать воспитанию командного духа и дисциплинированности. Укреплять здоровье учащихся посредством развития физических качеств, координационных, силовых способностей.	
4.	Подвижная игра «Медведи и пчелы»	упражнять детей в беге, отрабатывать умение сохранять направление, не наталкиваясь друг на друга; воспитывать доброжелательное отношение между детьми, умение играть вместе, сообща.	
5.	Подвижная игра «Курицы и цыплята»	Формировать умение выполнять ходьбу и бег; не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Формировать умения сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Развивать движения в разнообразных формах двигательной активности. Продолжать учить умению передавать простейшие действия в игре	
6-13.	«Пионербол»	формирование знаний об игре пионербол спортивного направления; совершенствование умений выполнять основные приемы игры; воспитание организованности и чувства коллективизма	
14-15.	Эстафеты	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы	

		Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
16-21	«Пионербол»	формирование знаний об игре пионербол спортивного направления; совершенствование умений выполнять основные приемы игры; воспитание организованности и чувства коллективизма	
22-24.	«Эстафеты»	Обучение жизненно-важным двигательным умениям и навыкам Воспитание координации, ловкости, быстроты и силы Содействие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и спортом	
25-34.	«Пионербол»	формирование знаний об игре пионербол спортивного направления; совершенствование умений выполнять основные приемы игры; воспитание организованности и чувства коллективизма	