



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Специальная (коррекционная) школа № 29 VI вида»

Музрукова ул., д. 34, г. Озерск Челябинской области, 456790

Телефон (35130) 7-55-78, факс (35130) 2-36-59

E-mail: school29.ozersk@mail.ru

Согласовано

заместитель директора по УВР

*И.Г. Васильева* И.Г. Васильева

*29 августа* 2024 г.

Утверждаю:

директор МБСКОУ СКОШ №29

*Н.А.Юдина* Н.А.Юдина

*29 августа* 2024 г.

Рассмотрено на заседании

школьного МО

*С.В. Колманских* (Колманских С.В.)

*29 августа* 2024 г.

Программа  
курса внеурочной деятельности  
Спортивные игры  
(начальное общее образование)  
(направление: спортивно-оздоровительное)  
Срок реализации рабочей программы-1 год  
Возраст детей -7-8 лет

учитель: Кузнецова Дарья Дмитриевна

г.Озёрск

## Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности младших школьников «Спортивные игры» реализует спортивно – оздоровительное направление во внеурочной деятельности в 1 классе в рамках федерального государственного образовательного стандарта.

Программа в 1 классе рассчитана на 33 часа в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 45 минут.

По программе за год – 33 (1 ч в неделю)

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся 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 возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы

укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее

столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Содержание занятий отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

**Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

- укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

## I. Планируемые результаты освоения программы курса «Спортивные игры» в 1 классе.

### **Личностными результатами кружка «Спортивные игры»**

являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

### **Метапредметными результатами кружка «Спортивные игры»**

является формирование универсальных учебных действий (УУД).

- Регулятивные УУД:
  - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
  - проговаривать последовательность действий во время занятия;
  - учиться работать по определенному алгоритму
- Познавательные УУД:
  - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- Коммуникативные УУД:
  - планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
    - постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
    - разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

### **Планируемый результат:**

-у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;

- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

## **II. Содержание курса с указанием форм организации внеурочных занятий**

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Требования к знаниям, умениям, навыкам в 1 классе:

Иметь представление о двигательном режиме первоклассника;

Знать:

-причины нарушения осанки, появления нарушения зрения, плоскостопия;

-правила и уметь организовать подвижные игры (3-4);

-не менее двух комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

Уметь:

-оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать её;

-выполнять правила игры.

Демонстрировать позитивное отношение к участникам игры.

**Формы занятий:**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

### III. Тематическое планирование 1 класс

№ п./п.	Тема занятия	Кол-во часов (общее)
1.	Знакомство с играми. Техника безопасности.	2

2.	Упражнения для разминки.	1
3.	Подвижные игры «Совушка», «Кто скорее соберется»	1
4.	Подвижные игры «Салки», «Лягушка и цапля».	1
5.	Подвижные игры «Гуси- лебеди», «Перемена мест»	1
6.	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза»	1
7.	Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка».	1
8.	Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения».	1
9.	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята».	1
10.	Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда».	1
11.	Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки».	1
12.	Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор».	1
13.	Подвижная игра «Кошки- мышки».	1
14.	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	2
15.	Подвижная игра «Снежки».	1
16.	Подвижные игры «Не пропусти щайбу», «Метко в цель».	1
17.	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки»	1
18.	Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок».	1
19.	Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки».	1
20.	Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера».	1
21.	Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище».	1
22.	Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему»	1
23.	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч».	1
24.	Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки».	1



25.	Эстафеты.	1
26.	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	1
27.	Эстафеты с мячами.	1
28.	Подвижная игра «Лягушки-цапли»	1
29.	Подвижная игра «Играй, играй, мяч не теряй»	1
30.	Подвижная игра «Ручеек»	1
31.	Эстафета.	2

### **Библиографический список.**

1. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
2. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
3. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.
4. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.-128с.
5. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.
6. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е – М.: Баласс, 2011.-
7. Е.М.Геллер. Игры на переменах для школьников 1-3 кл.М. Физкультура и спорт.2008 г
8. В.Г. Яковлев , В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 2007г.
9. Г.А. Воронина . Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников. Киров, КИПК и ПРО , 2007 г.
10. Ресурсы Интернета