

**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
имени Героя Советского Союза П.И.Викулова  
городского округа Сызрань Самарской области**

<b>РАССМОТРЕНО</b>	<b>ПРОВЕРЕНО</b>	<b>УТВЕРЖДЕНО</b>
на заседании мо классных руководителей	Заместитель директора по УВР ГБОУ лицей г.Сызрани	Директор ГБОУ лицей г. Сызрани
Протокол №1 от 29.08.2025 г.	«29» августа 2025г. _____ /Полякова Н.Ю./	_____ /Лобачева Н.В./ Приказ №190 «29» августа 2025г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
Спортивные игры  
для обучающихся 4 классов**

**Сызрань 2025**

## **1. Пояснительная записка.**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального образования, на основе Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В. И. Лях и А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации;

При разработке программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» был использован методический конструктор Д.В.Григорьева, П.В.Степанова «Внеурочная деятельность школьников», Москва «Просвещение», и пособие для учителей общеобразовательных учреждений П.В.Степанова, Д.В.Григорьева «Внеурочная деятельность с опорой на следующую нормативную базу.

### ***Нормативная база:***

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» от 6 октября 2009 г. № 373 (зарегистрирован Министерством России 22 декабря 2009 года № 15785);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 сентября 2011 г. № 2357 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 4 февраля 2011 г., регистрационный № 19707);
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования».

### **Направленность программы:** спортивно-оздоровительное

**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:

- укреплять здоровье обучающихся посредством развития физических качеств;
- развивать двигательные реакции, точность движения, ловкости;
- развивать сообразительность, творческое воображение;
- развивать коммуникативные умения;
- воспитывать внимание, культуру поведения;
- обучать умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;

развивать доброжелательность, доверие и внимательность к людям, готовность к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.

развивать коммуникативные компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

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.

## **2. Содержание внеурочного курса «Спортивные игры»**

**Предмет:** Внеурочная деятельность спортивно-оздоровительного направления «Спортивные игры»

**Класс - 4**

**Количество часов по учебному плану:**

Всего 34 часа; в неделю 1 час.

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов
1	Народные игры	6
2	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи	6
3	Подвижные игры	15
4	Спортивные игры	3
5	Спортивные праздники	4
	ИТОГО:	34

### **3. Планируемые результаты курса.**

#### **Личностные результаты освоения программы курса**

формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; наличие мотивации к творческому труду, работе на результат; бережному отношению к материальным и духовным ценностям; развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

#### **Метапредметные результаты освоения программы курса.**

изучения курса «Физическая культура» являются: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления; общение и взаимодействие со сверстниками; обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий, турпоходов и др.; занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

#### **Предметные результаты.**

Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**должны уметь:**

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **смогут получить знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

**могут научиться:**

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

**Основной показатель реализации программы «Спортивные игры»**

- стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных

показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении учебного года), результаты участия в соревнованиях.

#### **4. Информационно-тематическое обеспечение.**

1. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы - М.:Просвещение, 2017 г.,
2. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература,
3. Минскин Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение..
4. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.2018
5. Яковлев В. Г. Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение,
6. <http://vashechudo.ru/> игры зимой

#### **Литература для учащихся**

Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб.для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2017.

#### **5. Календарно-тематическое планирование**

№ п.п	Тема занятия	Кол-во часов.	Дата проведения
1	Игры на внимание «Класс, смирино», «За флагами».		
2	Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики –великаны» «Запомни- порядок»		
3	Игры на развитие памяти.		
4	Игры на развитие воображения.		
5	Игры на развитие памяти		
6	Игры на развитие мышления и речи.		
7	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»		
8	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»		
9	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»		
10	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».		
11	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей»		
12	Русская народная игра «Удар по веревочке»		

**Подвижные игры (15 часов)**

13	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»		
14	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами		
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.		
16	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».		
17	Весёлые старты со скакалкой.		
18	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»		
19	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,		
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»		
21	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».		
22	Эстафеты с санками и лыжами		
23	Игры на лыжах «Биатлон»		
24	Игры зимой «Охота на куропаток»		
25	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»		
26	Игра «Салки с мячом».		
27	Игра «Прыгай через ров»		

### **Спортивные игры -3ч**

28	Футбол		
29	Футбол.		
30	Футбол		

### **Спортивные праздники-3ч**

31	Олимпийские игры		
32	Большие гонки		
33	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»		
34	Игры по выбору детей		