

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Глубокинская школа  
Краснинского района Смоленской области

**РАССМОТРЕНО**

на заседании педагогического совета

Протокол №1 от 31.08.21г

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы

Г.Е. Горбатенкова

Приказ № 144 от 01.09.21г



Рабочая программа курса внеурочной деятельности

**«Спортивный калейдоскоп»**

Класс: 1-4

Направление: спортивно-оздоровительное

Срок реализации программы – 1 год

Автор-составитель программы: Захаренкова Татьяна Викторовна,  
учитель физической культуры

2021-2022

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Спортивный калейдоскоп»**

**Личностными результатами** программы «Спортивный калейдоскоп» по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** программы «Спортивный калейдоскоп» по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### **Регулятивные УУД:**

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- 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;
- осуществлять взаимный контроль.

### **Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, 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.

### **Коммуникативные УУД:**

- формулировать собственное мнение и позицию;
- ориентироваться на партнёра, стремиться к сотрудничеству (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения;
- учиться выполнять различные роли в группе.

### **Содержание внеурочной деятельности «Спортивный калейдоскоп»**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивный калейдоскоп» для 1-4 классов составлена с учётом возрастных особенностей обучающихся начальной школы, состоит из трёх разделов, рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 34 часа в год (для 2-4 классов), 33 часа в год (для 1 класса).

#### **Раздел 1. Общеразвивающие игры (14 час.)**

Данный раздел позволяет педагогу выявить у своих подопечных потенциальные возможности и интересы. Помочь им их реализовать. Игра – это хорошая возможность для организации межличностных отношений в классе, возможность свободного самоопределения и самореализации, ориентация на личностные интересы, потребности, способности ребенка. Любая игра строится на принципе единства – единство обучения, воспитания, развития.

#### **Игры на ориентирование в пространстве (7ч.):**

«Ворота», «Встречный бой», «Вытолкни за круг», «Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».

**Формы работы:** Коллективная игра

#### **Виды деятельности:**

Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Осуществлять взаимный контроль, оценивать взаимное поведение при перемещении, оказывать взаимопомощь; Выбирать эффективные способы решения поставленных задач, контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, поиск новых форм для решения поставленных задач,

уметь договариваться о распределении функций и ролей, задавать вопросы, уметь слушать собеседника.

### **Игры с предметами, (7ч.)**

Игры со скакалками: «Найди жгут», «Скакалочка», «Салки-выручалки», «Альпинисты».

Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки»

**Формы работы:** Беседа, коллективная игра

#### **Виды деятельности:**

Мотивация учебной деятельности, развитие эстетической потребности, уважительного отношения к иному мнению, ориентироваться в разнообразии способов задач, самостоятельно решать проблему; Уметь формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действие в соответствии с поставлено задачей, адекватно воспринимать предложение учителя, творчески подходить к решению поставленных задач.

### **Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты (12 час.)**

Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков, формированию осанки, вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

#### **Подвижные игры (6ч.)**

«Прыжки по кочкам», « Кто быстрее встанет в круг»,

«Прыгающие воробушки»,

« Конники-спортсмены», «Удочка», « Салки с прыжками», «К своим флажкам»

**Формы работы:** Загадки, беседа, коллективная игра

**Виды деятельности:** Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, перемещаться в ограниченном пространстве, совершенствовать быстроту реакции, скоростные способности, выносливость.

Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры.

Умение планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.

Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Устанавливать цели. Концентрация воли для преодоления физических нагрузок, стабилизация эмоционального состояния.

**Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий(3ч.)** «Найди жгут», «Бег сороконожек», «12 палочек», «Два мороза»

**Формы работы:** Познавательная беседа, коллективная, групповая игра

**Виды деятельности:**

Контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, уметь договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено. Развивать уважительное отношение к иному мнению, стремиться к сотрудничеству, уметь составить план самостоятельных действий.

**Эстафеты с баскетбольными мячами(6ч.)**

«Метко в цель», «Мяч соседу», «Подвижная цель», «Передал -садись»

**Формы работы:** Командные соревнования

**Виды деятельности:**

Выбирать действие в соответствии с поставленной задачей, ориентироваться в разнообразии способов обучения, применять различные способы самоконтроля. Проявление активности для решения познавательных задач, умение использовать общие приемы, умение анализировать информацию, использовать сравнение и обобщение. Умение использовать общие приемы, анализировать информацию, использовать сравнение и обобщение, контролировать эмоциональное состояние.

**Раздел 3. Русская лапта (8 час.)**

Очень важно обогатить детей запасом движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев двигательными элементами, дети смогут самостоятельно организовать и проводить игры.

**Формы работы:** коллективная игра, групповая игра

**Виды деятельности:**

Получат представления о правилах игры в русскую лапту. Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, развивать двигательные и скоростные способности.

Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

Оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых корректировок.

Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

Осознание своей этнической принадлежности, мотивация учебной деятельности, исходя из чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, умение пользоваться информацией о своей культуре.

### Тематическое планирование

№ п/п		Количество часов
1	Игра «Пионербол»	7
2	Подвижные игры	7
3	Настольный теннис	6
4	Эстафеты с баскетбольными мячами	6
5	Русская лапта	8

### Календарно-тематическое планирование курса

#### «Спортивный калейдоскоп»

№ п/ п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения
	Раздел 1. Общеразвивающие подвижные игры	14	

	<b>Игра «Пионербол»</b>	7	
1	Инструктаж по технике безопасности. Передача мяча в парах	1	02.09.21
2	Передача и ловля мяча	1	09.09
3	Передача и ловля мяча	1	16.09
4	Игра в «Пионербол»	1	23.09
5	Игра в «Пионербол»	1	30.09
6	Игра в «Пионербол»	1	07.10
7	Игра в «Пионербол»	1	14.10
	<b>Подвижные игры</b>	7	
8	« Кто быстрее встанет в круг», «Два Мороза»	1	21.10
9	«Прыгающие воробушки», «Бег сороконожек»	1	28.11
10	« Конники-спортсмены»	1	11.11
11	«Удочка», « Салки с прыжками»	1	18.11
12	«К своим флажкам», «12 палочек»,	1	25.11
13	«Прыжкипокочкам»	1	02.12
14	«Бег по кочкам», «Найди предмет»	1	09.12
	<b>Настольный теннис</b>	6	
15	Инструктаж по технике безопасности. Правила игры	1	16.12
16	Хват ракетки, набивание мяча ракеткой	1	23.12

17	Удары ракеткой	1	30.12
18	Прием мяча ракеткой	1	13.01
19	Удары ракеткой	1	20.01
20	Удары ракеткой	1	27.01
	<b>Эстафеты с баскетбольными мячами</b>	6	
21	Эстафеты с баскетбольными мячами	1	03.02
22	Эстафеты с баскетбольными мячами	1	10.02
23	Эстафеты с баскетбольными мячами	1	17.02
24	«Метко в цель», «Мяч соседу»,	1	24.02
25	«Броски в корзину», «Подвижная цель»,	1	02.03
26	«Брось — поймай», «Передал - садись»	1	09.03
	<b>Русская лапта</b>	8	
27	Инструктаж по технике безопасности на занятиях русской лаптой. Правила игры, передвижения, ловля и передачи теннисного мяча	1	16.03
28	Подбрасывание мяча, удары битой, ловля мяча после подачи	1	23.03
29	Подбрасывание мяча, удары битой, ловля мяча после подачи	1	07.04
30	Подбрасывание мяча, удары битой, ловля мяча после подачи	1	14.04
31	Игра в русскую лапту	1	28.04
32	Игра в русскую лапту	1	05.05



33	Игра в русскую лапту	1	12.05
34	Игра в русскую лапту	1	19.05