

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Новокрасивская основная школа №29»

Рассмотрена и согласована  
на методическом объединении  
Протокол № 1  
от 28 августа 2024 г.

Принята  
на педагогическом совете  
Протокол № 1  
от 28 августа 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ «ОШ №29»  
Д.Ю. Головин  
Приказ № 58-о от 30 августа 2024 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ФГОС**

внеурочной деятельности

**классный час «Город спорта»**

для 1-4 классов  
начального общего образования  
общеобразовательный уровень

Учитель:  
Петрикова Светлана Николаевна  
Квалификационная категория: первая

Ефремов 2024

## Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Город спорта» для обучающихся 1-4 классов разработана в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования.

**Цель:** содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

**Задачи:**

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, формировать коммуникативные компетенции.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Город спорта» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья учащихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию учащегося, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

На изучение курса внеурочной деятельности «Город спорта» в 1-4 классах отводится - 33 часа в 1 классе, 34 часа во 2-4 классах (1 час в неделю).

В целях выполнения Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года и в соответствии с письмом Минпросвещения от 21.12.2022 № ТВ-2859/03 МКОУ «Новокрасивская основная школа №29» реализует третий час физической активности за счет часов внеурочной деятельности.

## Содержание курса внеурочной деятельности

### 1-2 классы

#### Раздел I. Бессюжетные игры.

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличаются 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. Этим испытать радость.

### 3-4 классы

#### 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

#### 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»;

## Планируемые результаты освоения кружка внеурочной деятельности

### 1-2 классы

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<p>Договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр;                      Формировать представление об этических идеалах и ценностях;                      Отбирать и выполнять комплексы упражнений в соответствии с изученными правилами.</p>	<p>Соблюдать санитарно-гигиенические правила, режим дня;                      Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения демонстрировать уровень физической подготовленности</p>	<p>Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;                      Знать различные виды игр;                      Выполнять правила игры.</p>

### 3-4 классы

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<p>Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;                      Готовность к преодолению трудностей;                      Целеустремленность и настойчивость в достижении целей, жизненного оптимизма;                      Ориентация на понимание причин успеха во внеурочной деятельности.</p>	<p>Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества;                      Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения                      Оказание моральной поддержки сверстникам во время соревнований.</p>	<p>Выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;                      играть по упрощенным правилам спортивные игры;                      Самостоятельно организовывать и проводить спортивные соревнования;                      Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга.</p>

