

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 7»

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом МБОУ «СОШ № 7»  
от 30.08.2024 № 191-О

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
курса внеурочной деятельности «Подвижные спортивные игры»  
для 1 класса

Составитель:  
О.С. Дроздова,  
учитель физической культуры,  
высшая квалификационная категория

г. Мариинск  
2024

## **1. Содержание курса внеурочной деятельности «Спортивные и подвижные игры»**

### **Мини-футбол (9 часов)**

Инструктаж по технике безопасности. Правила игры, основы игры в мини-футбол. Правила поведения на спортивной площадке и в спортивном зале. Комплексы упражнения для развития быстроты, силы. Стойки и перемещения полевого игрока и вратаря. Специальные упражнения для развития скоростно-силовых способностей, координации движений рук, ног, туловища. Виды бега, поворотов и остановок в игре. Прыжки. Обманные движения. Техника передачи и остановки мяча. Передача внутренней и внешней стороной стопы. Эстафеты с элементами футбола, встречные эстафеты. Учебно – тренировочная игра. Подвижные игры: «Салки», «Не дай мяч водящему», «Гонка мячей», «За мячом противника».

### **Перестрелка ( 8 часов)**

Основные положения правил игры «перестрелка». Разметка площадки. Передача и ловля мяча. Передачи мяча в парах, тройках, квадратах и кругах. Учебно – тренировочная игра. Подвижные игры: «Мяч ловцу», «Вышибалы», «Снайперы», «Передача мячей по кругу», «Гонка мячей», «Охотники и утки». Эстафеты с мячом.

### **Пионербол ( 8 часов)**

Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий. Правила игры в пионербол. Подбрасывание и ловля мяча. Передачи и ловля мяча в парах. Перебрасывание и ловля мяча через сетку. Учебно – тренировочная игра. Подвижные игры: «Охота на зайцев», «Не дай мяч водящему», «Гонка мячей», «Борьба за мяч», «Точный бросок», «Мяч ловцу». Эстафеты с мячами.

### **Баскетбол (8 часов)**

История рождения и развития баскетбола. Правила игры. Стойки баскетболиста. Перемещения по площадке. Передачи мяча. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в кольцо. Учебно – тренировочная игра. Подвижные игры: «Точный бросок», «Охота на зайцев», «Передача мячей по кругу», «Передал – садись», «Мяч ловцу», «Вызов номеров с мячами».

## **2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Спортивные и подвижные игры»**

### **Личностные результаты**

#### **2.1.1.Гражданско-патриотического воспитания:**

- становление ценностного отношения к своей Родине—России;
- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- уважение к своему и другим народам;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

#### **2.1.2.Духовно-нравственного воспитания:**

- признание индивидуальности каждого человека;
- проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

#### **2.1.3.Эстетического воспитания:**

- уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;
  - стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.
- 2.1.4. Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:
- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
  - бережное отношение к физическому и психическому здоровью.
- 2.1.5. Трудового воспитания:
- осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.
- 2.1.6. Экологического воспитания:
- бережное отношение к природе;
  - неприятие действий, приносящих ей вред.
- 2.1.7. Ценности научного познания:
- первоначальные представления о научной картине мира;
  - познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

## **2.2. Метапредметные результаты**

### **2.2.1. Овладение универсальными учебными познавательными действиями:**

#### **1) базовые логические действия:**

- сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;
- объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;
- определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;
- находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;
- выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;
- устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

#### **2) базовые исследовательские действия:**

- определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;
- с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;
- сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);
- проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть—целое, причина—следствие);
- формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);
- прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

#### **3) работа с информацией:**

- выбирать источник получения информации;

- согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;
- распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;
- соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет;
- анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;
- самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

#### 2.2.2. Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

##### 1) общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументировано высказывать свое мнение;
- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;
- создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);
- готовить небольшие публичные выступления;
- подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

##### 2) совместная деятельность:

- формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- ответственно выполнять свою часть работы;
- оценивать свой вклад в общий результат;
- выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

#### 2.2.3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

##### 1) самоорганизация:

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;
- выстраивать последовательность выбранных действий;

##### 2) самоконтроль:

- устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;
- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

### 3. Тематическое планирование

№	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Виды и формы деятельности с учётом модуля «Школьный урок» рабочей программы воспитания	Электронные образовательные ресурсы

			Учреждения	
<b>Раздел 1. Мини-футбол</b>				
1.1.	Инструктаж по технике безопасности. Правила игры, основы игры в мини-футбол. Правила поведения на спортивной площадке и в спортивном зале. Игра «Салки».	1	Знать терминологии игр и достижения российских спортсменов в различных игровых видах спорта. Знать правила и организацию проведения соревнований. Владеть знаниями техники безопасности при проведении занятий и соревнований. Уметь выполнять обще подготовительные и подводящие упражнения, двигательные действия в разнообразных игровых и соревновательных ситуациях.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
1.2	Комплексы упражнения для развития быстроты, силы. Стойки и перемещения полевого игрока и вратаря.	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
1.3	Специальные упражнения для развития скоростно-силовых способностей, координации движений рук, ног, туловища.	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
1.4	Виды бега, поворотов и остановок в игре. Прыжки. Обманные движения. Игра «Не дай мяч водящему».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
1.5	Техника передачи и остановки мяча. Игра «Гонка мячей».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
1.6	Передача внутренней и внешней стороной стопы. Игра «За мячом противника».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
1.7	Эстафеты с элементами футбола, встречные эстафеты.	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
1.8	Учебная игра по упрощенным правилам.	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
1.9	Учебно-тренировочная игра.	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
Итого по разделу		9		
<b>Раздел 2. Перестрелка</b>				
2.1	Основные положения правил игры «перестрелка». Разметка площадки. Игра «Гонка мячей».	1	Знать терминологии игр и достижения российских спортсменов в различных игровых видах спорта. Знать правила и организацию проведения соревнований. Владеть знаниями техники безопасности при проведении занятий и соревнований. Уметь выполнять обще подготовительные и подводящие упражнения, двигательные действия в разнообразных игровых	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
2.2	Передача и ловля мяча. Игра «Охотники и утки».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
2.3	Передача и ловля мяча в парах. Игра «Мяч ловцу».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
2.4	Передача и ловля мяча в парах. Игра «Вышибалы».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
2.5	Передача мяча в тройках и квадратах. Игра «Снайперы».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
2.6	Передача мяча в кругу. Игра «Передача мячей по кругу».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
2.7	Эстафеты с мячом.	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
2.8	Учебно-тренировочная игра по упрощённым правилам.	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>

			и соревновательных ситуациях.	
Итого по разделу				
<b>Раздел 3. Пионербол</b>				
3.1	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий. Правила игры в пионербол. Игра «Точный бросок».	1	Знать терминологии игр и достижения российских спортсменов в различных игровых видах спорта.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.2	Подбрасывание и ловля мяча. Игра «Мяч ловцу».	1	Знать правила и организацию проведения соревнований. Владеть знаниями техники безопасности при проведении занятий и соревнований. Уметь выполнять общеподготовительные и подводящие упражнения, двигательные действия в разнообразных игровых и соревновательных ситуациях.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.3	Передачи и ловля мяча в парах. Игра «Охота на зайцев».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.4	Передачи и ловля мяча. Игра «Не дай мяч водящему».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5	Перебрасывание и ловля мяча через сетку. Игра «Гонка мячей».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.6	Перебрасывание мяча через сетку. Поддачи. Игра «Борьба за мяч».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.7	Эстафеты с мячами.	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.8	Учебно-тренировочная игра по упрощённым правилам.	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
Итого по разделу		8		
<b>Раздел 4. Баскетбол</b>				
4.1	История рождения и развития баскетбола. Правила игры. Игра «Точный бросок».	1	Знать терминологии игр и достижения спортсменов в различных игровых видах спорта. Знать правила и организацию проведения соревнований. Владеть знаниями техники безопасности при проведении занятий и соревнований. Уметь выполнять общеподготовительные и подводящие упражнения, двигательные действия в разнообразных игровых и соревновательных ситуациях.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
4.2	Стойки баскетболиста. Перемещения по площадке.	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
4.3	Передачи мяча. Игра «Передача мячей по кругу».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
4.4	Передачи мяча. Игра «Передал – садись».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
4.5	Ведение мяча на месте. Игра «Мяч ловцу».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
4.6	Ведение мяча в движении. Игра «Вызов номеров с мячами».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
4.7	Броски в кольцо. Игра «Точный бросок».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
4.8	Броски в кольцо. Игра «Охота на зайцев».	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
Итого по разделу		8		