

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тверской области

Управление образования Администрации

Удомельского городского округа

МБОУ Брусовская СОШ

РАССМОТРЕНО

ШМО Классных
руководителей



Яковлева Е.А..
приказ №1 от «30» августа
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по ВР



Яковлева Е.А..
приказ №1 от «30» августа
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.О.директора



Горчакова С.В.
приказ №75 от «31» августа
2023 г.

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
для обучающихся 3-4 класса
« Спортландия»
в соответствии с ФГОС III поколения**

Составитель:
Учитель ОБЖ МБОУ «Брусовская СОШ»
Соколова Н.В.

Брусово 2023

Пояснительная записка

Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности:

Ожидаемый результат. В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- приобрести навыки и умения по изучаемым видам спорта;
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; - уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей; уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ-это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благосоздание конкурентно-способных команд мальчиков и девочек;
- укрепление психического и физического здоровья учащихся;
- применение полученных навыков в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- снижение количества правонарушений среди подростков.

В результате освоения данной программы **учащиеся должны знать:**

- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитание физических качеств;
- биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физическими упражнениями;
- психофункциональные особенности собственного организма, индивидуальные способы контроля за развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;

– правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

Уметь: – технически правильно осуществлять двигательные действия данного вида игры, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; - разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности; - контролировать и регулировать функциональное состояние организма при физической нагрузке, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;

– управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

– соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях, оказывать первую доврачебную помощь при травмах и несчастных случаях;

– пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами. в том числе и физического с учетом его личностными результатами изучения курса « Спортивные игры» являются:

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности

№ темы	Название темы	содержание	Количество часов
1	Ознакомление с играми разных народов	Техника безопасности. У каждой страны свои игры	1
2	Игры славянских народов	Русские народные игры. Молдавские народные игры. Украинские народные игры. Белорусские народные игры.	4
3	Игры Сибири и Дальнего Востока	Бурятские народные игры. Калмыцкие народные игры. Тувинские народные игры. Якутские народные игры. Игры народов Сибири и дальнего Востока.	5
4	Игры народов Северного Кавказа	Башкирские народные игры. Дагестанские народные игры. Кабардино-Балкарские народные игры. Северо-Осетинские народные игры Народные игры Ичкерии и Ингушетии	5
5	Игры народов Поволжья	Марийские народные игры. Мордовские народные игры Татарские народные игры. Удмуртские народные игры. Чувашские народные	5

		игры.	
6	Игры Угро-Финских народов	Карельские народные игры. Игры народов Коми.	2
7	Игры народов средней Азии	Узбекские народные игры. Казахские народные игры. Киргизские народные игры. Таджикские народные игры. Туркменские народные игры.	5
8	Игры народов Закавказья	Грузинские народные игры. Азербайджанские народные игры. Армянские народные игры.	3
9	Игры народов Прибалтики	Литовские народные игры. Латышские народные игры. Эстонские народные игры.	3
10	Заключительные занятия	Придумаем сами. Повторение пройденного материала	1

**Календарно-тематическое планирование кружка
«Спортландия»
3-4 класс**

№ занятия	Тема	Теоретические сведения	Варианты объектов внимания	Планируемая дата
Ознакомление с играми разных народов				
1	Техника безопасности. У каждой страны свои игры	Правило поведения в спортивном зале. История, многообразие игр, их сходство и различие	Ознакомление с играми разных стран, считалки, зачины, фанты, жеребьёвки, певалки	
Игры славянских народов				
2	Русские народные игры.	Продолжение знакомства с играми России	«Пятнашки» «Котлы» «Молчанка»	
3	Техника безопасности. Молдавские народные игры.	Правила использования в игре дополнительных спортивных предметов. Продолжение знакомства с играми Мордвы	«Лошадки» «Яблоко»	
4	Украинские народные игры.	Продолжение знакомства с играми Украины	«Колдун» «Перепёлочка»	
5	Белорусские народные игры	Продолжение знакомства с играми Белоруссии	«Мельница» «Заплетись плетень» «Гуси-лебеди»	
Игры Сибири и Дальнего Востока				

6	Бурятские народные игры.	Продолжение знакомства с играми Бурятии	«Волк и ягнята» «Ищем палочку»	
7	Калмыцкие народные игры.	Продолжение знакомства с играми Калмыкии	«Прятки» «Кружится вокруг колышка»	
8	Тувинские народные игры.	Техника безопасности при использовании спортивных матов. Продолжение знакомства с тувимскими играми	«Стрельба в мишень» «Борьба»	
9	Якутские народные игры.	Правило поведения при подвижных играх. Продолжение знакомства и играми Якутии	«Кружение» «Перетягивание на палках»	
10	Игры народов Сибири дальнего Востока.	Продолжение знакомства с играми Сибири и Дальнего Востока	«Белый шаман» «Борьба на палке» «Успей поймать»	
Игры народов Северного Кавказа				
11	Башкирские народные игры.	Продолжение знакомства с играми Башкирии	«Палка - кидалка» «Стрелок»	

12	Правила безопасности. Дагестанские народные игры.	Правило поведения при игре в мяч. Продолжение знакомства с играми Дагестана	«Надень папаху» «Слепой медведь»	
13	Кабардино-Балкарские народные игры.	Продолжение знакомства с играми Кабардино-Балкарии	«Журавли-журавли» «Волчѐк»	
14	Северо-Осетинские народные игры	Продолжение знакомства с играми Северной-Осетии	«Бита» «Жмурки носильщики»	
15	Народные игры Ичкерии и Ингушетии	Продолжение знакомства с играми Ичкерии и Ингушетии	«Чиж» «Выбей альчи из круга»	
Игры народов Поволжья				
16	Техника безопасности. Марийские народные игры.	Правило использования в игре скакалки. Знакомство с марийскими играми	«Катание на мяче» «Биляша»	
17	Мордовские народные игры	Продолжение знакомства с играми Мордвы	«Салки» «Круговой»	
18	Техника безопасности. Татарские народные игры.	Правило использования спортивных матов. Продолжение знакомства с татарскими играми	«Серый волк» «Ловишки»	

19	Удмуртские народные игры.	Продолжение знакомства с удмуртскими играми	«Водяной» «Серый заяк»	
20	Чувашские народные игры.	Продолжение знакомства с играми Чувашии	«Кого вам» «Летучая мышь»	
Игры Угро-Финских народов				
21	Карельские народные игры.	Продолжение знакомства с карельскими играми	«Мяч» «Я есть»	
22	Техника безопасности. Игры народов Коми.	Техника безопасности при использовании в игре скакалки. Продолжение знакомства с играми народов Коми	«Невод» «Ловля оленей»	
Игры народов средней Азии				
23	Техника безопасности. Узбекские народные игры.	Правило использования в игре спортивных палок. Продолжение знакомства с играми Узбекистана	«Чай-чай» «Белый тополь, зелёный тополь»	
24	Казахские народные игры	Продолжение знакомства с играми Казахстана	«Подними монету» «Платок с узелком»	

25	Киргизские народные игры.	Продолжение знакомства с киргизскими играми	«Просим ягнёнка» «Клади платок»	
26	Таджикские народные игры.	Продолжение знакомства с таджикскими играми	«Немая игра» «Кто выше прыгнет»	
27	Туркменские народные игры.	Продолжение знакомства с играми Туркмении	«Хромой журавль» «Держи за хвост»	
Игры народов Закавказья				
28	Грузинские народные игры.	Продолжение знакомства с играми Грузии	«Игра в лягушек» «Захвати палку»	
29	Азербайджанские народные игры.	Продолжение знакомства с азербайджанскими играми	«Отдай платочек» «Палочка выручалочка»	
30	Армянские народные игры.	Продолжение знакомства с армянскими играми	«Банки разрушились» «Пастух 19.04.16»	
Игры народов Прибалтики				

31	Литовские народные игры.	Продолжение знакомства с литовскими играми	«Волчѣк» «Цветы» «Кот»	
32	Латышские народные игры.	Продолжение знакомства с латышскими играми	«Решето» «Догони меня»	
33	Техника безопасности. Эстонские народные игры	Правила поведения при игре на улице. Продолжение знакомства и эстонскими играми	«Король мавров» «Игра в школу»	
Заключительные занятия				
34	Повторение пройденного материала	Расширение знаний о русских народных играх. Повторение наиболее понравившихся игр	«Блуждающий мяч» «Посигутки» «Стадо»	