

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №20 с углубленным изучением отдельных предметов»

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p><b>«Рассмотрено»</b><br/>на методическом совете<br/>протокол №1 от «30»08.2024г.</p> | <p><b>«Согласовано»</b><br/>Заместитель директора по УВР<br/>_____/И.А. Молокова/<br/>от «30»08.2024г.</p> | <p><b>«Утверждаю»</b><br/>Директор МБОУ СОШ № 20 с<br/>углубленным изучением отдельных<br/>предметов<br/><br/>_____/О.А. Сторожук/<br/>Приказ № 193-ОД от «30»08.2024г.</p> |
|---|--|---|

**Рабочая программа**  
**Курса внеурочной деятельности**  
**«Пионербол»**

**1-4 классы**

основного общего образования  
срок реализации 2024-2025 учебный год

Разработана на основе программы курса: Болотникова Н.В. «Футбол». В сборнике: Физическая культура. 1-4 классы. Предпрофильная подготовка: сборник программ элективных курсов/ авт. сост. Н. В. Болотникова. – Волгоград: Учитель, 2016г

Составитель: учитель физической культуры  
Тимонина Алина Павловна

Бийск, 2024

## Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижные игры - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

### **Цель программы:**

- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

### **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 одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

**Целью реализации** основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие задачи:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Цель и задачи реализации основной образовательной программы учреждения не противоречат цели и задачам ВОП школы согласно программе развития образовательного учреждения.

### **Формы организации и виды деятельности**

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

- Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:
- выполнение заданий соревновательного характера;
- оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
- результативность участия в конкурсных программах и др.

**Календарно-тематическое планирование  
1-4 класс  
« Пионербол»**

| №  | Тема                                 | Кол. часов | Теория | Практические занятия | Дата проведения | Фактическая дата проведения |
|----|--------------------------------------|------------|--------|----------------------|-----------------|-----------------------------|
| 1  | Здоровый образ жизни                 | 1          | 1      |                      | 02.09.-06.09    |                             |
| 2  | Здоровье в порядке- спасибо зарядке! | 1          |        | 1                    | 09.09-13.09     |                             |
| 3  | Личная гигиена                       | 1          | 1      |                      | 16.09-20.09     |                             |
| 4  | Профилактика травматизма             | 1          | 1      |                      | 23.09-27.09     |                             |
| 5  | Техника безопасности                 | 1          | 1      | 1                    | 30.09-04.10     |                             |
| 6  | <b>Пионербол</b><br>«Правила игры»   | 1          |        | 1                    | 07.10-11.10     |                             |
| 7  | «Правила игры»                       | 1          |        | 1                    | 14.10-18.10     |                             |
| 8  | «Прием мяча»                         | 1          |        | 1                    | 21.10-25.10     |                             |
| 9  | «Прием мяча»                         | 1          |        | 1                    | 05.11-08.11     |                             |
| 10 | «Прием мяча»                         | 1          |        | 1                    | 11.11-15.11     |                             |
| 11 | «Передача мяча»                      | 1          |        | 1                    | 18.11-22.11     |                             |
| 12 | «Передача мяча»                      | 1          |        | 1                    | 25.11-29.11     |                             |
| 13 | «Передача мяча»                      | 1          |        | 1                    | 02.12-06.12     |                             |

|    |  |   |  |   |             |  |
|----|--|---|--|---|-------------|--|
| 14 | «Бросок мяча»                              | 1 |  | 1 | 09.12-13.12 |  |
| 15 | «Бросок мяча»                              | 1 |  | 1 | 16.12-20.12 |  |
| 16 | «Расстановка игроков по зонам»             | 1 |  | 1 | 23.12-28.12 |  |
| 17 | «Расстановка игроков по зонам»             | 1 |  | 1 | 09.01-10.01 |  |
| 18 | «Расстановка игроков по зонам»             | 1 |  | 1 | 13.01-17.01 |  |
| 19 | «Расстановка игроков по зонам с переходом» | 1 |  | 1 | 20.01-24.01 |  |
| 20 | «Расстановка игроков по зонам с переходом» | 1 |  | 1 | 27.01-31.01 |  |
| 21 | «Расстановка игроков по зонам с переходом» | 1 |  | 1 | 03.02-07.02 |  |
| 22 | «Смена сторон»                             | 1 |  | 1 | 10.02-14.02 |  |
| 23 | «Смена сторон»                             | 1 |  | 1 | 17.02-21.02 |  |
| 24 | «Игра»                                     | 1 |  | 1 | 24.02-28.02 |  |

|    |        |   |  |   |             |  |
|----|--------|---|--|---|-------------|--|
| 25 | «Игра» | 1 |  | 1 | 03.03-07.03 |  |
| 26 | «Игра» | 1 |  | 1 | 10.03-14.03 |  |
| 27 | «Игра» | 1 |  | 1 | 17.03-21.03 |  |
| 28 | «Игра» | 1 |  | 1 | 31.03-04.04 |  |
| 29 | «Игра» | 1 |  | 1 | 07.04-11.04 |  |
| 30 | «Игра» | 1 |  | 1 | 14.04-18.04 |  |
| 31 | «Игра» | 1 |  | 1 | 21.04-25.04 |  |
| 32 | «Игра» | 1 |  | 1 | 28.04-02.05 |  |
| 33 | «Игра» | 1 |  | 1 | 05.05-09.05 |  |
| 34 | «Игра» | 1 |  | 1 | 12.05-16.05 |  |

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными** результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### ***1. Регулятивные УУД:***

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- 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.

### ***2. Познавательные УУД:***

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

### ***3. Коммуникативные УУД:***

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

### ***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### **Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности**

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» :

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

### Учебно-методическое обеспечение

1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.-2002.-№5.-с.54.
2. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
3. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования.-М.: 2004.
4. ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.
5. Антропова, М.В., Кузнецо Смирнов И.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М., 2002
- 6.Трофимова Г.В. Помоги себе сам. Минск, 2003.
7. Тихомирова Л.Ф. 1. Зимние подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2009.
8. Клуб здоровья и долголетия. <http://www.100let.net/index.htm>Уроки здоровья. М.,2002
9. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2007.
10. Подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2007.
11. <http://collegy.ucoz.ru/publ/6>
12. Дереклеева,Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАК2007 г. - / Мастерская учителя.
13. Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, 2007 г., - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)

14. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
15. Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2007. – 134
16. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
17. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с.
18. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
19. Колемаскина Л.В., Акимова Н.М. Игры для динамической паузы. Ж. «Начальная школа» 2012г, №11, с.18.