

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Департамент общего образования Томской области**

**Муниципальное образование "Шегарский район" Томская область**

**МКОУ Монастырская СОШ Шегарского района**

**РАССМОТРЕНО**

**Руководитель ШМО**

Кривошеина Н.А.  
Протокол №1 от «29» 08 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

**директор**

Сутулова Н.А.  
Приказ №73 от «30» 08 2024 г.

**Сутулова Наталья Александровна**

Подписано цифровой подписью: Сутулова Наталья Александровна  
Дата: 2024.09.20 17:15:34 +07'00

**Рабочая программа  
Внеурочной деятельности  
4 класс**

**учебной дисциплины**

**Мы любим спорт**

1 час в неделю -34 часов

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Мы любим спорт» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура», в соответствии с требованиями и рекомендациями образовательной программы «Школа России».

Программа рассчитана на 34 занятий (по 45 мин.) для обучающихся 4 класс:

**Цель программы:** оптимизировать двигательную активность младших школьников на переменах и во внеурочное время.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач:**

познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;

развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;

воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным

уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым — школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, а также дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему для образовательной практики.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

Подвижные игры способствуют объединению коллектива, массовому охвату детей физическими упражнениями, являются замечательным средством всестороннего физического развития.

Раздел «Подвижные игры» образовательной программы пересекается с задачами, которые ставятся для выполнения детьми на уроках физической культуры.

Программный материал по подвижным играм сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.

Все игры подобраны с учетом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста.

## **Ценностные ориентиры содержания курса спортивно-оздоровительного направления « Мы любим спорт»**

Содержание курса спортивно-оздоровительного направления « Мы любим спорт» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

**4 класс –(34 часа)**  
**Календарно – тематическое планирование**

№ п/п	Тема занятия	Дата провед. Планир.	Дата провед фактическая
1.	<b>Игры с элементами легкой атлетики.</b> «Метатели»		
2.	Игра «Пустое место»		
3	Игра «К своим флажкам»		
4	Игра «Прыгающие воробушки»		
5	Веселые старты «Лабиринт»		
6	«Играй, играй, мяч не теряй»		
7	<b>Подвижные игры</b> Игры на внимание и быстроту «Поезд»		
8	Игры на внимание и быстроту «Поезд»		
9	Игры с прыжками и бегом «Прыгуны и пятнашки»		
10	Игры с прыжками и бегом «Прыгуны и пятнашки»		
11.	Веселые старты. Старт группами. Командный бег		
12	Веселые старты. Старт группами. Командный бег		
13	«Мини-пионербол»		
14	«Мини-пионербол»		
15	«Мини-пионербол»		
16	«Мини-пионербол»		
17	«Охотники и утки»		
18	«Охотники и утки»		
19	«Охотники и утки»		
20	«Охотники и утки»		
21	Повторение изученных игр		
22	Веселые старты. Старт группами. Командный бег		
23	Веселые старты. Старт группами. Командный бег		
24	Разучивание игры «Пионербол»		
25	Разучивание игры «Пионербол»		
26	Разучивание игры «Пионербол»		
27	Разучивание игры «Пионербол»		
28	Игры на свежем воздухе		
29	Игры на свежем воздухе		
30	Игры на свежем воздухе		
31	Игра «Пионербол»		
32	Игра «Пионербол»		
33	Игра «Пионербол»		
34	Игра «Пионербол»		

Учитель

Баймукашев М.А.