

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД АРХАНГЕЛЬСК»
«ГИМНАЗИЯ № 21 ИМЕНИ ЛАУРЕАТА
НОБЕЛЕВСКОЙ ПРЕМИИ И.А.БРОДСКОГО»

РАССМОТРЕНО СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДЕНО

Руководитель
кафедры
А.И.Горлач
Протокол №1
от 30.08.2024 г.

Заместитель
директора по
УВР
Т.Б. Кононова
30.08.2024 г.

Директор
МБОУ
Гимназия №21
А.А. Сорокин
Приказ №314/1
–Р
от 30.08.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«СПОРТЛАНДИЯ»
на 2024-2025 учебный год

Класс: 1

Составитель: Гаревских К.А., учитель физкультуры

1. Содержание курса внеурочной деятельности «Спортландия»

Введение

Инструктаж по Т.Б. Знакомство с физической культурой. Правила безопасности при занятиях подвижными играми. Гигиенические и эстетические требования к комплекту одежды для занятий.

Подвижные игры

«Догоняй по кругу». «Ловля парами».

Выполнение отдельных технических приёмов в упрощённых условиях способствующие развитию у играющих способности экономно, целесообразно выполнять изучаемые упражнения в постоянно меняющейся игровой обстановке, постепенно усложняя правила.

«Нападают пятёрки».

Выполнение отдельных технических приёмов в упрощённых условиях, способствующие развитию у играющих способности экономно, целесообразно выполнять изучаемые упражнения в постоянно меняющейся игровой обстановке, постепенно усложняя правила.

Игры с мячом

«Не давай мяча водящему».

Овладение и совершенствование навыков, необходимых для отдельных видов спорта в играх и эстафетах воспроизводятся технические приемы отдельных видах спорта.

«Мяч за черту».

Овладение и совершенствование навыков, необходимых для отдельных видов спорта в играх и эстафетах воспроизводятся технические приемы отдельных видах спорта.

«Мяч с четырех сторон».

Выполнение отдельных технических приёмов в упрощённых условиях, способствующие развитию у играющих способности экономно, целесообразно выполнять изучаемые упражнения в постоянно меняющейся игровой обстановке, постепенно усложняя правила. «Ножной мяч в кругу». «Колесо».

Овладение и совершенствование навыков, необходимых для отдельных видов спорта в играх и эстафетах воспроизводятся технические приемы отдельных видах спорта.

«Наперегонки с мячом».

Выполнение отдельных технических приёмов в упрощённых условиях способствующие развитию у играющих способности экономно, целесообразно выполнять изучаемые упражнения в постоянно меняющейся игровой обстановке, постепенно усложняя правила.

«Летучий мяч».

Комплексное развитие координационных способностей, овладение элементарными технико- тактическими взаимодействиями

«Мяч среднему». «Мяч об стену».

Овладение и совершенствование навыков, необходимых для отдельных видов спорта в играх и эстафетах воспроизводятся технические приемы отдельных видах спорта.

«Салки с футбольным мячом».

Выполнение отдельных технических приёмов в упрощённых условиях способствующие развитию у играющих способности экономно, целесообразно выполнять изучаемые упражнения в постоянно меняющейся игровой обстановке, постепенно усложняя правила.

Эстафеты

«Эстафета с ведением мяча и попаданием в корзину».

Овладение и совершенствование навыков, необходимых для отдельных видов спорта в играх и эстафетах воспроизводятся технические приемы отдельных видах спорта.

«Эстафета с элементами волейбола».

Выполнение отдельных технических приёмов в упрощённых условиях способствующие развитию у играющих способности экономно, целесообразно выполнять изучаемые упражнения в постоянно меняющейся игровой обстановке, постепенно усложняя правила «Эстафета с ведением мяча и попаданием в корзину».

Овладение и совершенствование навыков, необходимых для отдельных видов спорта в играх и эстафетах воспроизводятся технические приемы отдельных видах спорта.

Эстафеты с ведением баскетбольного мяча.

Комплексное развитие координационных способностей, овладение элементарными технико- тактическими взаимодействиями, постепенно усложняя правила.

«Футбол крабов». «Эстафета у стены».

Овладение и совершенствование навыков, необходимых для отдельных видов спорта в играх и эстафетах воспроизводятся технические приемы отдельных видах спорта.

«Встречная эстафета».

Выполнение отдельных технических приёмов в упрощённых условиях способствующие развитию у играющих способности экономно, целесообразно выполнять изучаемые упражнения в постоянно меняющейся игровой обстановке, постепенно усложняя правила.

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Спортландия»

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

целостный, социально ориентированный взгляд на мир;

ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;

способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

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 «Спортландия» является :

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;

перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;

устанавливать причинно-следственные связи;

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.

3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Спортландия»

№ п/п	Перечень разделов, тем,	Кол-во часов	Форма проведения занятий	Деятельность педагога с учетом программы воспитания	Информация об электронных (цифровых) образовательных ресурсов
1	Инструктаж по ТБ. Гигиенические и эстетические требования.	1	практика	Организация сотрудничества и взаимной помощи	http://www.fizkult-ura.ru/
2	Подвижные игры. Комплекс ОРУ в движении.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
3	Догоняй по кругу.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
4	Ловля парами.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
5	Нападают пятёрки.	1	практика		
6	Игры с мячом. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. Комплекс ОРУ с малыми мячами. Ведение мяча в движении.	1	практика	Организация сотрудничества и взаимной помощи	http://www.fizkult-ura.ru/
7	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Передача и ловля мяча. Игра «Отгадай, кто бросил»	1	практика	Организация сотрудничества и взаимной помощи	http://www.fizkult-ura.ru/
8	Не давай мяча водящему.	1	практика	Организация сотрудничества и взаимной помощи	http://www.fizkult-ura.ru/
9	Мяч за черту.	1	практика	Организация сотрудничества и	http://www.fizkult-ura.ru/

				взаимной помощи	
10	Мяч с четырех сторон	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
11	Ножной мяч в кругу.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
12	Колесо.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
13	Наперегонки с мячом.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
14	Летучий мяч.	1	практика	Создание учебной дисциплины и самоорганизации	http://www.fizkult-ura.ru/
15	Мяч среднему.	1	практика	Создание учебной дисциплины и самоорганизации	http://www.fizkult-ura.ru/
16	Мяч об стену.	1	практика	Создание учебной дисциплины и самоорганизации	http://www.fizkult-ura.ru/
17	Салки с футбольным мячом.	1	практика	Организация сотрудничества и взаимной помощи	http://www.fizkult-ura.ru/
18	Эстафеты. Способы деления на команды. Разучивание считалок.	1	практика	Создание учебной дисциплины и самоорганизации	http://www.fizkult-ura.ru/
19	Эстафета с предметами (мячи, скакалки, обручи).	1	практика	Создание учебной дисциплины и самоорганизации	http://www.fizkult-ura.ru/
20	Эстафета с ведением мяча и попаданием в корзину.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
21	Эстафета с элементами волейбола.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
22	Эстафета с ведением мяча и попаданием в корзину.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб	http://www.fizkult-ura.ru/

				учителя	
23	Футбол крабов.	1	практика	Создание учебной дисциплины и самоорганизации	http://www.fizkult-ura.ru/
24	Эстафета у стены.	1	практика	Создание учебной дисциплины и самоорганизации	http://www.fizkult-ura.ru/
25	Встречная эстафета	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
26	Эстафета с элементами волейбола.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
27	Эстафета с ведением мяча и попаданием в корзину.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
28	Эстафеты с ведением баскетбольного мяча.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
29	Футбол крабов.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
30	Эстафета у стены.	1	практика	Создание позитивного восприятия учащимися требований и просьб учителя	http://www.fizkult-ura.ru/
31	Встречная эстафета	1	практика	Создание учебной дисциплины и самоорганизации	http://www.fizkult-ura.ru/
32	Эстафета с элементами волейбола.	1	практика	Создание учебной дисциплины и самоорганизации	http://www.fizkult-ura.ru/
33	Эстафета с ведением мяча и попаданием в корзину.	1	практика	Создание учебной дисциплины и самоорганизации	http://www.fizkult-ura.ru/
34	Эстафеты с ведением баскетбольного мяча.	1	практика	Организация сотрудничества и взаимной помощи	http://www.fizkult-ura.ru/