

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Самарской области**  
**ГБОУ СОШ с. Сосновый Солонец**

**РАССМОТРЕНО**

МО учителей начальных  
классов

Коровенкова Н.Д.

Протокол №1 от 28. 08. 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по УВР

Сбитнева-Курилина Т.В.

28. 08. 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор ГБОУ СОШ с.  
Сосновый Солонец

Козлов А.М.

Приказ №156-од от

28. 08.2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**«СПОРТИВНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»**  
**2-4 классы**



C=RU, O=ГБОУ СОШ с.  
Сосновый Солонец, CN=  
Козлов А.М., E="  
s\_solonez\_sch@samara.edu.ru"  
00fe376e3c78fb78be  
2024.09.09 14:39:43+03'00'

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Спортивный калейдоскоп» разработана на основе рабочей программы В.И. Ляха по физической культуре 1-4 классы в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования. Программа «Спортивный калейдоскоп» имеет спортивно-оздоровительную направленность.

### **Актуальность программы**

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

При раннем занятии ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и необходимы максимальные и сверхмаксимальные нагрузки для их повышения.

При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки в избранном.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

### **Программа направлена на:**

- Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
- Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
- Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
- Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

### **Место курса в учебном плане**

На изучение курса «Спортивный калейдоскоп» во 2 – 4 классах отводится по 34 часа в год; 1 ч в неделю.

**Цель:** создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

**Основными задачами** реализации поставленной цели являются:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
- развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
- формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
- развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
- стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
- развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
- воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
- формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

**Методическая особенность программы:**

Отличительной особенностью программы является увеличение объёма (количества часов) на изучение подвижных игр.

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая. При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преимущественно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

## **Планируемые результаты освоения курса «Спортивный калейдоскоп»**

### **2 класс**

**Личностные результаты** изучения курса является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные результаты** изучения курса является формирование следующих умений:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
  - обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
  - организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
  - планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
  - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
  - видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
  - оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
  - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
  - технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
  - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
  - организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований,

осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## Тематическое планирование по курсу «Спортивный калейдоскоп»

во 2 классе (34 часа)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности	Дата
1	«Гуси лебеди»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
2	«Салки»	1	Игровое упражнение	
3	«Догони меня»	1	Игра малой подвижности	
4	«Вызов номеров»	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»	
5	«День и ночь»	1	Игровое упражнение	
6	«Волк во рву»	1	Игровое упражнение	
7	«Горелки»	1	Игровое упражнение	
8	«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам» .	1	Игра малой подвижности	
9	«Удочка», «Аисты»	1	Игра малой подвижности	
10	«Не намочи ног».	1	Игровое упражнение	
11	«Охотники и утки»	1	Игровое упражнение	
12	«Пчёлки».	1	Игра малой подвижности	
13	«Пятнашки», «Кот и мыши».	1	Игра малой подвижности	
14	«Вышибалы».	1	Подвижная игра средней интенсивности	
15	«Пустое место»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
16	«Совушка»	1	Игра малой подвижности	
17	«Подвижная цель»	1	Игра малой подвижности	
18	«Попади в цель».	1	Игра малой подвижности	

19	«Два мороза»	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»	
20	«Белые медведи»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
21	«Казачьи разбойники»	1	Игра средней интенсивности	
22	«Рыбаки и рыбки»	1	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Эстафета	
23	«Бросай – беги »	1	Эстафета	
24	«Сокол и мыши»	1	Эстафета	
25	«Быстрая передача».	1	Эстафета	
26	«Мяч среднему»	1	Эстафета	
27	«Мяч соседу»	1	Игра малой подвижности	
28	«Зайцы в огороде».	1	Игра малой подвижности	
29	«Подвижная цель».	1	Игра малой подвижности	
30	«Зайцы, сторож и Жучка»	1	Игровое упражнение	
31	«Снайперы»	1	Игровое упражнение	
32	«Играй, мяч не теряй»	1	Игровое упражнение	
33	«Запрещённое движение» .	1	Эстафета	
34	Весёлые старты.	1	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	

### **3 класс**

**Личностные результаты** изучения курса является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные результаты** изучения курса является формирование следующих умений:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Тематическое планирование по курсу «Спортивный калейдоскоп»**

**в 3 классе (34 часа)**

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности	Дата
1	Вороны и воробьи	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
2	Ловишки- перебежки	1	Игровое упражнение	
3	Паровозик	1	Игра малой подвижности	
4	Белые медведи	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»	
5	На одной ноге	1	Игровое упражнение	
6	Петушиный бой	1	Игровое упражнение	
7	Весёлый бег	1	Игровое упражнение	
8	Попади в след	1	Игра малой подвижности	
9	Игры по выбору	1	Игра малой подвижности	
10	Охота на тигра	1	Игровое упражнение	
11	Донести рыбку	1	Игровое упражнение	
12	Черепаха- путешественница	1	Игра малой подвижности	
13	Собеори орехи	1	Игра малой подвижности	
14	Повяжу я шёлковый платочек	1	Подвижная игра средней интенсивности	
15	Дриблинг	1	Подвижная игра средней интенсивности	
16	Пролезь сквозь мешок	1	Игра малой подвижности	
17	Краски	1	Игра малой подвижности	
18	Стадо	1	Игра малой подвижности	
19	Горный козлик	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»	
20	Игра в башню	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
21	Достань шапку	1	Игра средней интенсивности	
22	Волк и ягнята	1	Эстафета	
23	Хлебец	1	Эстафета	
24	Состязание лошадок	1	Эстафета	
25	Увернись от мяча	1	Эстафета	
26	Сильный бросок	1	Эстафета	
27	Космонавты	1	Игра малой подвижности	
28	Второй лишний	1	Игра малой подвижности	



29	Два мороза	1	Игра малой подвижности	
30	Большой мяч	1	Игровое упражнение	
31	Шлёпанки	1	Игровое упражнение	
32	Прятки	1	Игровое упражнение	
33	Из круга выбивало	1	Эстафета	
34	Игры по выбору	1	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	

#### **4 класс**

**Личностные результаты** изучения курса является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные результаты** изучения курса является формирование следующих умений:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками,

выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

## Календарно-тематическое планирование курсу «Спортивный калейдоскоп» в 4 классе (34 часа)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности	Дата
1	Здоровый образ жизни	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1	Игровое упражнение	
3	Режим дня и личная гигиена.	1	Игра малой подвижности	
4	Школьный праздник «День здоровья»	1	Игровое упражнение	
5	Нарушение осанки	1	Игровое упражнение	
6	«Щука»	1	Игровое упражнение	
7	«Водяной»	1	Игра малой подвижности	
8	«Третий лишний»	1	Игра малой подвижности	
9	«На золотом крыльце сидели...»	1	Игровое упражнение	
10	«Кандалы»	1	Игра малой подвижности	
11	«Ворота»	1	Игра малой подвижности	
12	«Слон». «Козел»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
13	«Лягушки и цапля»	1	Игра малой подвижности	
14	«Волк во рву»	1	Игра малой подвижности	
15	«Прыгуны»	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»	
16	«Лошади»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
17	«Северный и южный ветер»	1	Эстафета	
18	«Бой петухов»	1	Эстафета	
19	«Караси и щука»	1	Эстафета	
20	«Лиса в курятнике»	1	Эстафета	
21	«Горячая картошка»	1	Игровое упражнение	
22	«Заяц без логова»	1	Игровое упражнение	
23	«Подвижная цель»	1	Игровое упражнение	
24	«Зазывалки»	1	Игровое упражнение	
25	«Жребий»	1	Игровое упражнение	
26	«Волки и овцы»	1	Игровое упражнение	
27	«Медведь и вожак»	1	Игровое упражнение	

28	«Кот и мышь»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
29	«Ляпка»	1	Эстафета	
30	«Заря»	1	Эстафета	
31	«Гуси»	1	Эстафета	
32	«Удар по веревочке»	1	Игра малой подвижности	
33	«Зайки»	1	Игра малой подвижности	
34	Соревнования	1	Игра малой подвижности	