

РАССМОТРЕНО  
Педагогическим советом  
МБОУ «СОШ №68»  
Протокол № 1 от «22» 08 2024

СОГЛАСОВАНО  
Управляющим советом  
МБОУ «СОШ №68»  
Протокол № 1 от «22» 08 2024

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ «СОШ №68»  
А.М. Дёмин  
Приказ от «22» 08 2024 № 2/0



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА** **курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»** **(1-4 классы)**

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с Основной образовательной программой начального общего образования МБОУ «СОШ №68».

#### **Цель курса:**

- формирование установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развитие навыка самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
- создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

#### **Задачи:**

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- 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;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, 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.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» предназначена для обучающихся 1-4 классов, с учётом реализации её учителями физической культуры. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс - 33 часа в год, 2-4 классы – по 34 часа в год.

#### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

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

- Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для

всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

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

Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

Проговаривать последовательность действий на уроке.

Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с правилами игры, учить работать по предложенному учителем плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

*Предметные результаты:*

Делать предварительный отбор подвижных игр.

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

## **Содержание курса**

### **1 класс**

Бессюжетные игры (9 ч.) Игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличаются наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле, прятании. Такие игры доступны всем. Игры-забавы (7 ч.) Народные игры (учащихся класса) (8 ч.) Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности. Любимые игры детей (предложенные детьми) (10 ч.) В данный раздел включены игры,

которые предложили сами дети. Все игры коллективны. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость. Ребята учатся самостоятельно с удовольствием играть.

1. Игры на развитие координации движений: «Ловишка», «Салки» «К своим флажкам», «Жмурки», «Совушка».

2. Интегрированные уроки «Если хочешь быть здоров»: беседа «Если хочешь быть здоров», игра «Успей убежать», «Бой петухов», беседа «Дружи с водой», игра «Не попадись», «Море волнуется, раз...» беседа «Забота о коже», игра «Кого назвали, тот и ловит», беседа «Уход за ушами» и игра «Воробьи и вороны», «Вызов номеров».

3. Интегрированные уроки «Учимся следить за собой»: беседа «Уход за зубами», игра

«Дедушка и детки», беседа «Забота о глазах», игра «Охотник и утки», беседа «Как я одеваюсь», игра «Белые медведи», беседа «Моя красивая осанка», игра «Переноска арбузов», беседа «Уход за руками и ногами», игра «Поймай лягушку».

4. Игры на развитие ловкости: «Будь ловким», «Хитрая лиса», «Волк во рву» «Медведи и пчелы», «Охотники и утки», «Удочка», «Не давай мяч водящему»

Игры на природе: «Охрана соковища», «Чехарда», «Лапта», «Третий лишний»

## **2 класс.**

Бессюжетные игры (9 ч.) Игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличаются наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле, прятании. Такие игры доступны всем. Игры-забавы (7 ч.) Народные игры (учащихся класса) (8 ч.) Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности. Любимые игры детей (предложенные детьми) (10 ч.) В данный раздел включены игры, которые предложили сами дети. Все игры коллективны. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость. Ребята учатся самостоятельно с удовольствием играть.

1. Подвижные игры: «Колдун», «Два Медведя», «Совушка», «Ручеек», «Гуси-лебеди».

2. Интегрированные уроки: «Какой я», беседа «Я какой был», игра «Пчелы и медведи», беседа «Чем я отличаюсь от взрослого», игра «Горелки», беседа «Моё настроение», игра «День и ночь», беседа «Из чего я сделан», игра «Перемена мест».

3. Интегрированные уроки: «Какой я внутри», беседа «Какой я внутри», игра «Удочка», беседа «Почему я не падаю», игра «Волки во рву», беседа «Моя красивая осанка», игра «Салки», беседа «Зачем человек ест», игра «Снежки», беседа «Как

правильно есть», игра «Перестрелка».

4. Игры на развитие координации движений: игра «Чай - чай, выручай», игра «Космонавты», игра «Перебежки», игра «Сбей городок».

5. Игры на природе: «Охрана сокровища», «Чехарда», «Лапта», «Третий лишний»

### **3 класс.**

Бессюжетные игры (9 ч.) Игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличаются наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле, прятании. Такие игры доступны всем. Игры-забавы (7 ч.) Народные игры (учащихся класса) (8 ч.) Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности. Любимые игры детей (предложенные детьми) (10 ч.) В данный раздел включены игры, которые предложили сами дети. Все игры коллективны. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость. Ребята учатся самостоятельно с удовольствием играть.

1. Игры на повышение интереса к ЗОЖ: «Охотник и утки», «Рыбаки и рыбки», «Тише едешь, дальше будешь», «Запрещенное движение».

2. Интегрированные уроки «О правильном питании»: беседа «Полезная пища», игра «Пионербол», беседа «Вредная пища», игра «Достань мяч», беседа «Овощи. Блюда из овощей», игра «Белые медведи», беседа «Фрукты. Мой любимый сок», игра «Охотники и лайки».

3. Интегрированные уроки «Наши главные органы»: беседа «Как я чищу зубы», игра «Бой петухов», беседа «Мой нос это фильтр, печка и сторожевой пост», игра «Мяч в воздухе», беседа «Аптечка на кухне», игра «Воробьи и кошка», беседа «Почки, которые никогда не станут цветами», игра «Воробьи и вороны», беседа «Пещера-скороварка с привратником у входа (желудок)», игра «Штандир».

4. Игры на природе: «Зайчики», «Прыгуны», «Один в круге», «Рыбная ловля».

5. Игры на природе: «Охрана сокровища», «Чехарда», «Лапта», «Третий лишний»

**4 класс.** Бессюжетные игры (9 ч.) Игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличаются наличием правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле, прятании. Такие игры доступны всем. Игры-забавы (7 ч.) Народные игры (учащихся класса) (8 ч.) Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и

образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности. Любимые игры детей (предложенные детьми) (10 ч.) В данный раздел включены игры, которые предложили сами дети. Все игры коллективны. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость. Ребята учатся самостоятельной с удовольствием играть.

1. Игры на улучшение здоровья: «Охотник и собака», «Поймай дракона за хвост», «Хромой цыпленок», «Человек, ружье, тигр», «Чужеземцы».

2. Интегрированные уроки: «Я продолжаю расти» беседа «Я продолжаю расти», игра «Метательная лапта», беседа «Я – мальчик, я - девочка», игра «Перестрелка», беседа «Вредные привычки», игра «Вызов номеров», беседа «Как преодолеть стресс», игра «Два мороза».

3. Интегрированные уроки «Уважайте самих себя»: беседа «Уважайте самих себя», игра «День и ночь», беседа «Мой характер», игра «Перемена мест», беседа «Мой автопортрет», игра «Волк во рву»,-беседа «Драться или не драться», игра «Пятнашки», беседа «Красота в моем доме», игра «Перебежки». Игры на природе: «Охрана сокровища», «Чехарда», «Лапта», «Третий лишний»

### Тематическое планирование

№п\п	Класс	Всего часов	Электронные образовательные ресурсы
	<b>1 класс</b>		
1.	Бессюжетные игры	9 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
2.	Игры-забавы	7 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
3.	Народные игры (учащихся класса)	8 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
4.	Любимые игры детей	9 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
		<b>33</b>	
	<b>2 класс</b>		
1.	Бессюжетные игры	9 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
2.	Игры-забавы	7 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
3.	Народные игры (учащихся класса)	8 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
4.	Любимые игры детей	10 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
		<b>34</b>	
	<b>3 класс</b>		
1.	Бессюжетные игры	9 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>

2.	Игры-забавы	7 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
3.	Народные игры (учащихся класса)	8 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
4.	Любимые игры детей	10 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
		<b>34</b>	
	<b>4 класс</b>		
1.	Бессюжетные игры	9 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
2.	Игры-забавы	7 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
3.	Народные игры (учащихся класса)	8 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
4.	Любимые игры детей	10 часов	<a href="https://www.fizkultura.ru/">https://www.fizkultura.ru/</a>
		<b>34</b>	