

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 3»**

ПРИНЯТО

на педагогическом совете школы
Протокол № 14 от 30.08.2023

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МОУ «СОШ №3»

 Н.В. Мочалова
Приказ № 245-од от 30.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

Уровень образования - начальное общее образование

Классы – 1-4 классы

Количество часов – 135 ч

Данная программа кружка «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования, на основе комплексной программы физического воспитания (авторы - В. И. Лях, А. А. Зданевич). Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка.

I. Содержание курса «Подвижные игры»

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

1. раздел - «Русские народные игры», изучается с 1 по 4 класс.

2. раздел - «Игры народов России», изучается со 2 по 4 класс.

3. раздел - «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.

4. раздел - «Эстафеты», изучается в 1-4-х классах.

Такое распределение изучения игр позволяет следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор. «Русские народные игры» Знакомство с русскими народными играми: «Гуси-лебеди», «У медведя во бору», «Филин и пташки», «Хитрая лиса», «Пчелы и медведи», «Совушка», «Кот и мышь», «Жмурки», «Кот и мышь», «Горелки», «Салки», «Пятнашки», «Охотники и зайцы», «Фанты», «Салки с приседаниями», «Волк», «Птицелов», «Гори, гори ясно!», «Охотники и зайцы», «Ляпка» «Игры народов России» Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России; развитие силы, ловкости и других физических способностей; воспитание толерантности при общении в коллективе. Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень», бурятская народная игра «Ищем палочку», дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок», марийская народная игра «Катание мяча», татарская народная игра «Серый волк», якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки», чувашская игра «Рыбки», кабардино-балкарская народная игра «Под буркой», калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!», карельские народные

игры «Мяч», «Я есть!», игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!», удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяк», Чечено-ингушская игра «Чиж», тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба», мордовские народные игры «Котел», «Круговой», игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз». “Подвижные игры”

Совершенствование координации движений, развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе; воспитание инициативы, культуры поведения, творческого подхода к игре на основе подвижных игр: «К своим флажкам», «Ноги выше от земли» «Выбегай из круга», «Краски», «Кто быстрее?», «Пустое место», «Салки с мячами», «Палочка- выручалочка», «Классики», «Ловишки с приседаниями», «Переправа с досками», «Туннель», «Собери урожай», «Блуждающий мяч», «Не урони мяч», «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Лишний стул», «Совушка», «Карусель», «Конники-спортсмены», «Лягушата и цыплята», «Карлики и великаны», “Эстафеты” Знакомство с правилами эстафет, развитие быстроты реакции, внимания, навыков передвижения; воспитание чувства коллективизма и ответственности. Эстафета с обручем, эстафеты с мячами, эстафета по кругу, весёлые старты, «Эстафета зверей», «Быстрые и ловкие»

1 класс

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	8
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	8
итого		33

2 класс

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Подвижные игры	8
3	Эстафеты	7
4	Игры народов России	8
итого		34

3 класс

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	10
3	Эстафеты	7
3	Игры народов России	17
итого		34

4 класс

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	19
3	Эстафеты	8
3	Игры народов России	7
итого		34

II. Планируемые результаты освоения курса.

Личностными результатами кружка «Подвижные игры»

являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами кружка «Подвижные игры»

является формирование универсальных учебных действий (УУД).

➤ Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

➤ Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

➤ Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

III. Тематическое планирование курса.

1 класс.

№ п/п	Тема занятия	Дата
1	Мир движений. Формирование о мире движений, их роли в сохранении здоровья Русская народная игра «Гуси-лебеди»	
2	Красивая осанка. Формирование правильной осанки и развитие навыков бега. Русская народная игра «У медведя во бору»	
3	Сила нужна каждому. Развитие силы и ловкости Русская народная игра «Филин и пташки»	
4	Учись быстроте и ловкости. Развитие ловкости; воспитание чувства ритма. Русская народная игра «Хитрая лиса»	
5	Ловкий. Гибкий. Развитие гибкости и ловкости. Русская народная игра «Пчелы и медведи»	
6	Русская народная игра «Пчелки и ласточки». Развитие ловкости и внимания	
7	Русская народная игра «Пчелки и ласточки». Развитие ловкости и внимания	
8	Русская народная игра «Кот и мышь» Развитие силы и ловкости	
9	Русская народная игра «Кот и мышь» Развитие силы и ловкости	
10	Русская народная игра «Кот и мышь» Развитие силы и ловкости	
11	Подвижная игра «Краски» Развитие силы и ловкости	
12	Подвижная игра «Краски» Развитие силы и ловкости	
13	Подвижная игра «Краски» Развитие силы и ловкости	
14	Подвижная игра «Краски» Развитие силы и ловкости	
15	Подвижная игра «Палочка- выручалочка» Развитие физических качеств выносливости и ловкости	
16	Прыжок за прыжком. Развитие быстроты, ловкости, выносливости. Подвижная игра «Классики»	
17	Развитие быстроты и выносливости. Подвижная игра «Ловишки с приседаниями»	
18	Подвижная игра «Переправа с досками». Развитие глазомера и точности движений	

19	Подвижная игра «Переправа с досками». Развитие глазомера и точности движений	
20	Подвижная игра «Собери урожай» Развитие выносливости и ловкости	
21	Подвижная игра «Блуждающий мяч», «Не урони мяч». Развитие быстроты и выносливости	
22	Подвижная игра «Принеси мяч» Развитие быстроты и выносливости	
23	Подвижная игра «Принеси мяч» Развитие быстроты и выносливости	
24	Подвижная игра «Принеси мяч» Развитие быстроты и выносливости	
25	Подвижная игра «Лишний стул» Развитие выносливости, быстроты и реакции	
26	Эстафета с обручем. Развитие выносливости и быстроты	
27	Эстафета с обручем. Развитие выносливости и быстроты	
28	Эстафета с обручем. Развитие выносливости и быстроты	
29	Эстафета зверей. Развитие выносливости и скоростных качеств	
30	Эстафета «Быстрые и ловкие». Развитие выносливости и ловкости	
31	Эстафета «Быстрые и ловкие». Развитие выносливости и ловкости	
32	Эстафета «Быстрые и ловкие». Развитие выносливости и ловкости	
33	Эстафета «Быстрые и ловкие». Развитие выносливости и ловкости	

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Дата
1	Русская народная игра «Жмурки»	
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	
3	Русская народная игра «Горелки»	
4	Русская народная игра «Горелки»	
5	Русская народная игра «Горелки»	
6	Русская народная игра «Горелки»	
7	Русская народная игра «Фанты»	
8	Русская народная игра «Салки с приседаниями»	
9	Русская народная игра «Волк»	

10	Русская народная игра «Птицелов»	
11	Подвижная игра «Совушка»	
12	Подвижная игра «Мышеловка»	
13	Подвижная игра «Пустое место»	
14	Подвижная игра «Карусель».	
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	
16	Подвижная игра «Конники- спортсмены»	
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»	
19	Эстафета «Передача мяча»	
20	Эстафета «С мячом»	
21	Эстафета зверей	
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	
23	Эстафета «Вызов номеров»	
24	Эстафета по кругу	
25	Эстафета с обручем	
26	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	
27	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	
28	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	
29	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	
30	Марийская народная игра «Катание мяча»	
31	Татарская народная игра «Серый волк»	
32	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	
33	Чувашская игра «Рыбки»	
34	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	

3 класс

№ п/п	Тема занятия	Дата
1	Мир движений. Формирование о мире движений, их роли в сохранении здоровья. Русская народная игра «Краски»	
2	Красивая осанка. Формирование правильной осанки и развитие навыков бега. Русская народная игра «Гори, гори ясно»	
3	Учись быстроте и ловкости. Развитие ловкости; воспитание чувства ритма. Русская народная игра «Ляпка»	
4	Сила нужна каждому. Развитие силы и ловкости Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	
5	Бурятская народная игра «Ищем палочку» Учись быстроте и ловкости. Развитие ловкости; воспитание	

	чувства ритма	
6	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» Развитие быстроты и ловкости.	
7	Кабардино- балкарская народная игра «Под буркой» Развитие быстроты и ловкости	
8	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!» Развитие силы и ловкости	
9	Мир движений и здоровья. Развитие скоростных качеств, ловкости Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	
10	Ловкая и коварная гимнастическая скакалка. Развитие быстроты и ловкости Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	
11	Марийская народная игра «Катание мяча» Развитие силы и ловкости	
12	Татарская народная игра «Серый волк» Развитие скоростных качеств, ловкости	
13	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» Развитие скоростных качеств, ловкости	
14	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяк» Развитие меткости и координации движений	
15	Чечено-ингушская игра «Чиж» Развитие физических качеств выносливости и ловкости	
16	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба» Развитие меткости и координации движений, ловкости	
17	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой» Прыжок за прыжком	
18	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки» Развитие быстроты и выносливости.м. Развитие быстроты, ловкости, выносливости.	
19	Чувашская игра «Рыбки» Развитие быстроты и выносливости	
20	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз» Развитие быстроты, скорости, реакции	
21	Эстафета «Вызов номеров» Развитие быстроты и выносливости	
22	Эстафета по кругу Развитие глазомера и точности движений	
23	Эстафета с обручем Развитие выносливости и быстроты	
24	Эстафета с мячом Развитие выносливости и быстроты	
25	Эстафета «Быстрые и ловкие» Развитие ловкости и быстроты	
26	Эстафета «Встречная» Развитие выносливости и	

	скоростных качеств	
27	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. Эстафета «Весёлые старты»	
28	Русская народная игра «Салки» Развитие быстроты и выносливости.	
29	Русская народная игра «Пятнашки» Развитие быстроты и выносливости	
30	Русская народная игра «Охотники и зайцы» Развитие быстроты, скорости, реакции	
31	Русская народная игра «Фанты» Развитие быстроты и выносливости.	
32	Русская народная игра «Салки с приседаниями» Развитие быстроты, скорости, реакции	
33	Русская народная игра «Третий лишний» Развитие быстроты, скорости, реакции	
34	Русская народная игра «Птицелов» Развитие глазомера и точности движений	

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Дата
1	Русская народная игра «Жмурки»	
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	
3	Русская народная игра «Горелки»	
4	Русская народная игра «Салки»	
5	Русская народная игра «Пятнашки»	
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	
7	Русская народная игра «Фанты»	
8	Русская народная игра «Салки с приседаниями»	
9	Русская народная игра «Волк»	
10	Русская народная игра «Птицелов»	
11	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	
12	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	
13	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	
14	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	
15	Марийская народная игра «Катание мяча»	
16	Татарская народная игра «Серый волк»	
17	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	
18	Чувашская игра «Рыбки»	
19	Эстафета «Передача мяча»	
20	Эстафета «С мячом»	
21	Эстафета зверей	
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	

23	Эстафета «Вызов номеров»	
24	Эстафета по кругу	
25	Эстафета с обручем	
26	Эстафета «Весёлые старты»	
27	Русская народная игра «Салки»	
28	Русская народная игра «Пятнашки»	
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	
30	Русская народная игра «Краски»	
31	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	
32	Русская народная игра «Третий лишний»	
33	Русская народная игра «Пятнашки»	
34	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	