

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа  
с. Ягодное муниципального района Ставропольский Самарской области

«Рассмотрено»  
Руководитель  
методического  
объединения учителей  
начальных классов  
\_\_\_\_\_ О.В.Алексанова  
протокол № 1  
от «30» 08 2021г.

«Согласовано»  
Заместитель директора  
по УВР  
\_\_\_\_\_ Е.А. Шумакова  
«31» 08 2021г.

«Утверждаю»  
Директор учреждения  
ГБОУ СОШ с.Ягодное  
\_\_\_\_\_ Ф.А.Дашкевич  
Приказ №225/1  
от «31» 08 2021г.

**Рабочая программа**  
по внеурочной деятельности  
**«Подвижные игры»**  
ФГОС НОО

## Содержание

1. Планируемые результаты
2. Содержание программы
3. Тематическое планирование

## Планируемые результаты:

### *Личностные результаты*

- 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 и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы, стрессоустойчивость;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

### *Метапредметные результаты*

<i>Регулятивные УУД:</i>	<i>Познавательные УУД:</i>	<i>Коммуникативные УУД:</i>
<p>- умение планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;</p> <p>- планирование общей цели и пути её достижения;</p> <p>- распределение функций и ролей в совместной деятельности;</p> <p>- конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля;</p> <p>- оценка собственного поведения и поведения партнёра и</p>	<p>- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;</p> <p>- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;</p> <p>- преобразовывать информацию из одной формы в другую:</p> <p>- предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;</p> <p>- устанавливать причинно-следственные связи.</p>	<p>- сотрудничество (в командных видах игры);</p> <p>- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;</p> <p>- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной;</p> <p>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</p> <p>- формулировать собственное мнение и позицию;</p>

<p>внесение необходимых коррективов;</p> <p>- принимать и сохранять учебную задачу;</p> <p>- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p> <p>- учитывать установленные правила;</p> <p>- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;</p> <p>- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе характера сделанных ошибок;</p> <p>-использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.</p>		<p>- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;</p> <p>- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им; учиться выполнять различные роли в группе.</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### ***Предметные результаты***

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Раздел 1 Современные подвижные игры**

#### ***1 класс- 66 ч.***

Здоровый образ жизни (1ч) – теоретическая часть.

Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч) – теоретическая часть.

Личная гигиена (2ч) – теоретическая часть.

Профилактика травматизма (4ч) – теоретическая часть.

Нарушение осанки (3ч) – теоретическая часть.

Современные подвижные игры (55ч) - ознакомление с играми, требующими командного состава.

### **Раздел 2 Старинные подвижные игры**

#### ***2 класс -68 ч.***

Здоровый образ жизни (1ч) – теоретическая часть.

Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч) – теоретическая часть.

Личная гигиена (1ч) – теоретическая часть.

Профилактика травматизма (3ч) - теоретическая часть.

Нарушение осанки (2ч) – теоретическая часть.

Поисковые игры, игры-цеплялки, игры на реакцию, игры с мячом – (16ч)

Старинные подвижные игры. Культура и этикет (44ч) - ознакомление с играми старины, культурой и этикетом того времени.

### **Раздел 3 Народные игры и забавы**

#### ***3 класс - 68 ч.***

Здоровый образ жизни (1ч) - теоретическая часть.

Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч) теоретическая часть. -

Личная гигиена (1ч) - теоретическая часть.

Профилактика травматизма (3ч) - теоретическая часть.

Нарушение осанки (1ч) - теоретическая часть.

Народные игры и забавы (61ч) – ознакомление с игровыми закличками, считалочками.

### **Раздел 4 Русские игровые традиции в подвижных играх.**

#### ***4 класс - 68 ч.***

Здоровый образ жизни (1ч) – теоретическая часть.

Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч) – теоретическая часть.

Личная гигиена (1ч) – теоретическая часть.

Профилактика травматизма (3ч) – теоретическая часть.

Нарушение осанки (1ч) – теоретическая часть.

Русские игровые традиции в подвижных играх (61ч) - ознакомление с традициями русских народных игр и забав.

### Распределение учебных часов по годам обучения

классы	Кол-во учебных недель	Кол-во часов	
		В год	В неделю
<b>1</b>	<b>66</b>	<b>66</b>	<b>2</b>
<b>2</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>2</b>
<b>4</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>2</b>

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

#### 1 класс

№ урока	Тема учебного занятия	Всего часов	Форма деятельности
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
1	<b>Здоровый образ жизни</b>	<b>1</b>	Беседа. Просмотр видеоролика.
2	<b>Здоровье в порядке- спасибо зарядке!</b>	<b>1</b>	Беседа. Просмотр видеоролика.
3	<b>Личная гигиена</b>	<b>1</b>	Беседа. Просмотр видеоролика.
4	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	Беседа. Просмотр видеоролика.
5	<b>Нарушение осанки</b>	<b>1</b>	
	<b>Современные подвижные игры:</b>	<b>55</b>	
6-7	Мяч по кругу»	2	Разучивание игры. Ролевая игра
8-9	«Поймай рыбку»	2	Разучивание игры. Ролевая игра
10-11	«Цепи кованы»	2	Разучивание игры. Командная игра
12	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	Беседа. Просмотр видеоролика.
13-14	«Змейка на асфальте»	2	Разучивание игры. Ролевая игра
15-16	«Бег с шариком»	2	Разучивание игры. Ролевая игра
17-18	«Нас не слышно и не видно»	2	Разучивание игры. Ролевая игра
19-20	«Третий лишний»	2	Разучивание игры. Командная игра
21-22	«Ворота»	2	Разучивание игры. Командная игра
23-24	«Чужая палочка»	2	Разучивание игры. Командная игра
25-26	«Белки, шишки и орехи»	2	Разучивание игры. Командная игра
27	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	Беседа.
28	<b>Нарушение осанки</b>	<b>1</b>	Беседа.
29-30	«След в след»	2	Разучивание игры. Командная игра
30-31	Эстафета	2	Соревнования
32-33	«Мишень»	2	Разучивание игры. Командная игра
34-35	«С кочки на кочку»	2	Разучивание игры. Командная игра

36-37	«Без пары»	2	Разучивание игры. Командная игра
38-39	«Веревочка»	2	Разучивание игры. Командная игра
40-41	«Плетень»	2	Разучивание игры. Командная игра
42	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	Беседа.
43	<b>Личная гигиена</b>	<b>1</b>	Беседа.
44	<b>Нарушение осанки</b>	<b>1</b>	Беседа.
45-46	«Кто больше»	2	Разучивание игры. Командная игра
47-48	«Успевай, не зевай»	2	Разучивание игры. Командная игра
49-52	«День и ночь»	2	Разучивание игры. Командная игра
51-52	«Наперегонки парами»	2	Разучивание игры. Командная игра
53-54	«Ловушки-перебежки»	2	Разучивание игры. Командная игра
55-56	«Вызов номеров»	2	Разучивание игры. Командная игра
57-64	<b>Играем в любимые игры</b>	<b>8</b>	Играем в ролевые и командные игры
65-66	Эстафета	2	Соревнования
	<b>Итого</b>	<b>66</b>	

### 2 класс

№ урока	Тема учебного занятия	Всего часов	Форма деятельности
1	2	3	4
1	<b>Здоровый образ жизни</b>	<b>1</b>	
2	<b>Здоровье в порядке- спасибо зарядке!</b>	<b>1</b>	
3	<b>Личная гигиена</b>	<b>1</b>	
4	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	
5	<b>Нарушение осанки</b>	<b>1</b>	
6	Что такое дворовая игра? Что такое зазывалка?	1	
7	<b>Игры-цеплялки.</b> Игра «Сороконожка»	1	
8	<b>Знакомство со считалкой</b> Разучивание считалки. Игра «Слон»	1	
9-12	<b>Играем в любимые игры</b>	<b>4</b>	
13	<b>Подвижные игры на реакцию</b> «Колечко»	1	
14	«Съедобное-несъедобное»	1	
15	«Горячая картошка»	1	
16-17	<b>Поисковые игры</b> «Прятки»	2	
18-19	«Палочка-выручалочка»	2	
20	<b>Игры с мячом</b> «Козел»	1	
21	«Успей подобрать»	1	
	<b>Старинные подвижные игры</b>	<b>44ч</b>	
22	<b>Культура и этикет</b>	1	

	<b>Профилактика травматизма</b>		
23	«Двенадцать палочек»	1	
24	«Катание яиц»	1	
25	«Чижик»	1	
26	«Пустое место»	1	
27	«Городки»	1	
28	«Пятнашки»	1	
29-30	<b>Зимние игры</b> «Снежинки, ветер и мороз».	2	
31	Лепим фигуры из снега	1	
32-33	«Берегись, заморожу!»	2	
34-35	«Снежная карусель»	2	
36	Штурм снежной крепости	1	
37	Эстафета	1	
39	«Жмурки»	1	
40	«Сороконожка»	1	
41	«Ключи»	1	
42	«Пустое место»	1	
43	«Кошки-мышки»	1	
44	«Белые медведи»	1	
45	«Волки и овцы»	1	
46	«Намотай ленту»	1	
47	«Платок»	1	
48	«Кто боится колдуна?»	1	
49	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	
50	<b>Нарушение осанки</b>	<b>1</b>	
51-54	<b>Играем в любимые игры</b>	<b>4</b>	
55	«Лучники»	1	
56	«Волк»	1	
57	«Камнепад»	1	
58	«Шаровки»	1	
59	«Горелки»	1	
60	«Штандер»	1	
61	«Рыбки»	1	
62	«Бабки»	1	
63	«Казачьи-разбойники»	1	
64	Эстафета	1	
65-68	Играем в любимые игры	<b>4</b>	
	<b>Итого</b>	<b>68</b>	
<b>№</b> <b>урока</b>	<b>Тема учебного занятия</b>	<b>Всего</b> <b>часов</b>	<b>Форма деятельности</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
			<b>Теоретическая часть</b>
			- двигательная активность как важный компонент здоровья обучающихся;
			- развитие физических способностей;
			- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
			- правила личной гигиены,



			профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи;
			<b><i>обучающиеся должны знать:</i></b>
			- основы истории развития подвижных игр в России;
			- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
			- возможности формирования индивидуальных черт личности посредством регулярных занятий;
			- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
			- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
			- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
			<b><i>обучающиеся должны уметь:</i></b>
			-адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
			-отвечать за свои поступки;
			-отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
			-технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
			-управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками , владеть культурой общения;
			-соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
			-пользоваться современным спортивным инвентарем и

			оборудованием.

### 3 класс

№ урока	Тема учебного занятия	Всего часов	Форма деятельности
1	2	3	4
1	<b>Здоровый образ жизни</b>	<b>1</b>	<p><b>Теоретическая часть</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двигательная активность как важный компонент здоровья обучающихся;</li> <li>- развитие физических способностей;</li> <li>- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;</li> <li>- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи;</li> </ul>
2	<b>Здоровье в порядке- спасибо зарядке!</b>	<b>1</b>	
3	<b>Личная гигиена</b>	<b>1</b>	
4	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	
5	<b>Нарушение осанки</b>	<b>1</b>	
	<b>Русские народные игры и забавы</b>	<b>61ч</b>	<p><b>обучающиеся должны знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы истории развития подвижных игр в России;</li> <li>- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;</li> <li>- возможности формирования индивидуальных черт личности посредством регулярных занятий;</li> <li>- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;</li> <li>- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи;</li> <li>- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;</li> <li>- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;</li> </ul> <p><b>обучающиеся должны уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;</li> <li>- отвечать за свои поступки;</li> <li>- отстаивать свою нравственную</li> </ul>
6	«Щука»	1	
7	«Водяной»	1	
8	«Третий лишний»	1	
9	«На золотом крыльце сидели»	1	
10	«Кандалы»	1	
11	«Слон»	1	
12	«Козел»	1	
13	«Лягушки и цапля»	1	
14	«Волк во рву»	1	
15	«Прыгуны»	1	
16	«Лошади»	1	
17	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	
18-21	<b>Играем в любимые игры</b>	<b>4</b>	
22	«Птички и клетка»	1	
23	«Северный и южный ветер»	1	
24	«Бой петухов»	1	
25	«Караси и щука»	1	
26	«Лиса в курятнике»	1	
27	«Река и ров»	1	
28	«Горячая картошка»	1	
29	«Зяц без логова»	1	
30-31	«Подвижная цель»	2	
32	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	
33-36	<b>Играем в любимые игры</b>	<b>4</b>	
37	«Белые медведи»	1	
38-39	«Броски снежков»	2	
40-41	«Быстрые и меткие»	2	

42-43	«Быстрые упряжки»	2	позицию в ситуации выбора; -технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; -управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками , владеть культурой общения; -соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях; -пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.
44-45	«Успей первым»	2	
46-47	«Лепим снеговика»	2	
48-51	<b>Играем в любимые игры</b>	<b>4</b>	
52	«Бредень»	1	
53	«Заколдованный замок»	1	
54	«Али-баба»	1	
55	«Два Мороза»	1	
56	«Жар-птица»	1	
57	«Перетягивание вoза»	1	
58	«Прятки»	1	
59	«Бомбардиры»	1	
60	«Тарелочка по кругу»	1	
61	«Тарелочка по кругу»	1	
62	«Салка и мяч»	1	
63	«Сбей городок»	1	
64	«Сумей догнать»	1	
65-68	<b>Играем в любимые игры</b>	<b>4</b>	
	<b>Итого</b>	<b>68ч</b>	

#### 4 класс

№ урока	Тема учебного занятия	Всего часов	Форма деятельности
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
1	<b>Здоровый образ жизни</b>	<b>1</b>	<b><i>Теоретическая часть</i></b> - двигательная активность как важный компонент здоровья обучающихся; - развитие физических способностей; - освоение правил здорового и безопасного образа жизни; - правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи;
2	<b>Здоровье в порядке- спасибо зарядке!</b>	<b>1</b>	
3	<b>Личная гигиена</b>	<b>1</b>	
4	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	
5	<b>Нарушение осанки</b>	<b>1</b>	
	<b>Русские игровые традиции в подвижных играх</b>	<b>61ч</b>	<b><i>обучающиеся должны знать:</i></b> - основы истории развития подвижных игр в России; - педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств; - возможности формирования индивидуальных черт личности посредством регулярных занятий; - индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и
6	«Зазывалки»		
7	«Жребий»	1	
8	«Волки во рву»	1	
9	«Волки и овцы»	1	
10	«Медведь и вожак»	1	
11	«Водяной»	1	
12	«Невод»	1	
13	«Чехарда»	1	
14	«Птицелов»	1	
15	«Жмурки»	1	

16	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	<p>повышение физической подготовленности;</p> <p>- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;</p> <p>- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;</p> <p><b>обучающиеся должны уметь:</b></p> <p>-адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;</p> <p>-отвечать за свои поступки;</p> <p>-отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;</p> <p>-технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;</p> <p>-управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;</p> <p>-соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;</p> <p>-пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.</p>
17-20	<b>Играем в любимые игры</b>	<b>4</b>	
21	«Дуга»	1	
22	«Кот и мышь»	1	
23	«Ляпка»	1	
24	«Заря»	1	
25	«Гуси»	1	
26	«Удар по веревочке»	1	
27	«У медведя во бору»	1	
28	«Гуси»	1	
29	Эстафета «Не урони шарик»	1	
30	«Зайки»	1	
31	«Прыганье со связанными ногами»	1	
32	<b>Профилактика травматизма</b>	<b>1</b>	
33-36	<b>Играем в любимые игры</b>	<b>4</b>	
	<i>Русские народные игры</i>		
37-38	«Кружева»	2	
39-40	«Салки»	2	
41	«Пастух»	1	
	<i>Подвижные игры</i>		
42	«Волк во рву»	1	
43	«Совушка»	1	
44	«Поезд»	1	
45-46	«Горелки»	2	
47	«Волки и овцы»	1	
48	«Вороны и воробьи»	1	
49	«Кот и мыши»	1	
50	«Медведь и пчелы»	1	
	<i>Игры со спортивным инвентарём</i>		
51	«Бросить и поймать»	1	
52	«Подними предмет»	1	
53	«Мяч сквозь обруч»	1	
54	«Лови – бросай!»	1	
55	«Кто дальше?»	1	
56	«Чей мяч дальше?»	1	
	<i>Забавные упражнения</i>		
57	«Прихлопни комара»	1	
58	«День и ночь»	1	
59	«Пятнашки»	1	
60	«Дойди до середины»	1	
	<i>Эстафеты</i>	1	
61	«Кто дальше?»	1	
62	«Из обруча в обруч»	1	
63	«Встречная эстафета»	1	
64-68	<b>Играем в любимые игры</b>	<b>5</b>	
	<b>Итого</b>	<b>68ч</b>	

