

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области  
Комитет по образованию администрации города Братска

МБОУ г. Братска "СОШ № 13"

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО  
учителей начальных  
классов

Боева Т.В.  
Протокол №1  
от 30 августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО  
на заседании МС МБОУ  
«СОШ №13»

Козина А.А.  
Протокол № 1  
от 31 августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
директор МБОУ «СОШ №13»

Чайко В.И.  
Приказ № 218  
от 01 сентября 2023 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности**  
**«Подвижные игры»**

**(1- 4 классы)**

**Направление: творческое и физическое развитие обучающихся**

Составитель: Тупицына Н.А.  
учитель МБОУ «СОШ №13»

Программа по внеурочной деятельности "Подвижные игры" для 1- 4 классов составлена на основании:

- Федерального Государственного Образовательного Стандарта начального общего образования (Приказ Министерства Просвещения РФ от 31.05.2021 года № 286);
- учебного плана МБОУ «СОШ№13» муниципального образования города Братска на 2023- 2024 учебный год (приказ № 234 от 01.09.2023 г.),
- методических рекомендаций, примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.),
- программы специального курса «Подвижные игры» учителей Кочневой Г. А. и Ибрагимовой Р.Ж. МОУ Слободчиковской ООШ.

### Содержание курса

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

1. *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

2. *Игры-поиски*. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

3. *Игры с быстрым нахождением своего места*. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

### **Весь материал разделяется на отдельные разделы:**

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

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

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

#### цели изучения по каждому разделу

##### **«Русские народные игры»**

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

##### **«Игры народов России»**

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

##### **«Подвижные игры»**

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

##### **«Эстафеты»**

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности.

### **Планируемые результаты:**

#### **Личностные результаты.**

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры укрепления и сохранения здоровья, развитию физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладной направленности, формированию основ и соблюдения правил здорового образа жизни.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:  
познавательные УУД:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

коммуникативные УУД:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД

- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

По окончании второго года обучения учащиеся научатся:  
познавательные УУД:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;

- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения;

#### коммуникативные УУД

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности;

#### регулятивные УУД:

- соблюдать правила поведения на занятиях с учётом их учебного содержания,
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим учащимся
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

По окончании третьего года обучения учащиеся научатся:

#### познавательные УУД

- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на занятиях, закаливающие процедуры;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям;

#### коммуникативные УУД:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений;

- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий;

регулятивные УУД:

- контролировать выполнение физических упражнений;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

По окончанию четвёртого года обучения учащиеся научатся познавательные УУД:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости;

коммуникативные УУД:

- взаимодействовать с учителем и учащимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и учащимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий

регулятивные УУД:

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий
- оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**К концу обучения в 1 классе** обучающийся получит следующие предметные результаты по отдельным темам программы по физической культуре:

### **Знания о физической культуре:**

различать основные предметные области физической культуры (гимнастика, игры, туризм, спорт);

формулировать правила составления распорядка дня с использованием знаний принципов личной гигиены, требований к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями в зале и на улице, иметь представление о здоровом образе жизни, о важности ведения активного образа жизни, знать и формулировать основные правила безопасного поведения в местах занятий физическими упражнениями (в спортивном зале, на спортивной площадке, в бассейне);

знать и формулировать простейшие правила закаливания и организации

самостоятельных занятий физическими упражнениями, уметь применять их в повседневной жизни, понимать и раскрывать значение регулярного выполнения гимнастических упражнений для гармоничного развития, знать и описывать формы наблюдения за динамикой развития гибкости и координационных способностей;

знать основные виды разминки.

### **Способы физкультурной деятельности.**

*Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровье формирующими физическими упражнениями:*

выбирать гимнастические упражнения для формирования стопы, осанки в положении стоя, сидя и при ходьбе, упражнения для развития гибкости и координации;

составлять и выполнять индивидуальный распорядок дня с включением утренней гимнастики, физкультминуток, выполнения упражнений гимнастики, измерять и демонстрировать в записи индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их значения с рекомендуемыми для гармоничного развития значениями.

*Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения:*

участвовать в спортивных эстафетах, развивающих подвижных играх, в том числе ролевых, с заданиями на выполнение движений под музыку и с использованием танцевальных шагов, выполнять игровые задания для знакомства с видами спорта, плаванием, основами туристической деятельности, общаться и взаимодействовать в игровой деятельности, выполнять команды и строевые упражнения.

### **Физическое совершенствование.**

*Физкультурно-оздоровительная деятельность:*

осваивать технику выполнения гимнастических упражнений для формирования опорно-двигательного аппарата, включая гимнастический шаг, мягкий бег;

упражнения основной гимнастики на развитие физических качеств (гибкость, координация), эффективность развития которых приходится на возрастной период начальной школы, и развития силы, основанной на удержании собственного веса;

осваивать гимнастические упражнения на развитие моторики, координационно-скоростных способностей, в том числе с использованием гимнастических предметов (скакалка, мяч);

осваивать гимнастические упражнения, направленные на развитие жизненно

важных навыков и умений (группировка, кувырки, повороты в обе стороны, равновесие на каждой ноге попеременно, прыжки толчком с двух ног вперёд, назад, с поворотом в обе стороны;

осваивать способы игровой деятельности.

**К концу обучения во 2 классе** обучающийся получит следующие предметные результаты по отдельным темам программы по физической культуре:

Знания о физической культуре:

описывать технику выполнения освоенных гимнастических упражнений по видам разминки, отмечать динамику развития личных физических качеств: гибкости, силы, координационно-скоростных способностей;

кратко излагать историю физической культуры, гимнастики, олимпийского движения, некоторых видов спорта, излагать и находить информацию о ГТО, его нормативов, описывать технику удержания на воде и основных общеразвивающих гимнастических упражнений как жизненно важных навыков человека, понимать и раскрывать правила поведения на воде, формулировать правила проведения водных процедур, воздушных и солнечных ванн, гигиенические правила при выполнении физических упражнений, во время купания и занятий плаванием, характеризовать умение плавать.

**Способы физкультурной деятельности.**

*Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровье формирующими физическими упражнениями:*

выбирать и уметь составлять комплексы упражнений основной гимнастики для выполнения определённых задач, включая формирование свода стопы, укрепление определённых групп мышц, увеличение подвижности суставов;

уметь использовать технику контроля за соблюдением осанки и правильной постановки стопы при ходьбе, характеризовать основные показатели физических качеств и способностей человека (гибкость, сила, выносливость, координационные и скоростные способности) и перечислять возрастной период для их эффективного развития;

принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности, оценивать правила безопасности в процессе игры;

знать основные строевые команды.

*Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью:*

составлять письменно и выполнять индивидуальный распорядок дня

с включением утренней гимнастики, физкультминуток, регулярных упражнений гимнастики, измерять, сравнивать динамику развития физических качеств и способностей: гибкости, координационных способностей, измерять (пальпаторно) частоту сердечных сокращений при выполнении упражнений с различной нагрузкой;

классифицировать виды физических упражнений в соответствии с определённым классификационным признаком: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания, по преимущественной целевой направленности их использования, по преимущественному воздействию на развитие отдельных качеств (способностей) человека.

*Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты, командные перестроения:*

участвовать в играх и игровых заданиях, спортивных эстафетах; устанавливать ролевое участие членов команды; выполнять перестроения.

#### **Физическое совершенствование.**

*Физкультурно-оздоровительная деятельность:*

осваивать физические упражнения на развитие гибкости и координационно-скоростных способностей;

осваивать и демонстрировать технику перемещения гимнастическим шагом, мягким бегом вперёд, назад, прыжками, подскоками, галопом;

осваивать и демонстрировать технику выполнения подводящих, гимнастических и акробатических упражнений, танцевальных шагов, работы с гимнастическими предметами для развития моторики, пространственного воображения, меткости, гибкости, координационно-скоростных способностей;

демонстрировать равновесие стоя и в полуприседе на каждой ноге попеременно, прыжки на месте с полуповоротом с прямыми ногами и в группировке (в обе стороны);

осваивать технику плавания одним или несколькими спортивными стилями плавания (при наличии материально-технического обеспечения).

**К концу обучения в 3 классе** обучающийся получит следующие предметные результаты по отдельным темам программы по физической культуре:

#### **Знания о физической культуре:**

представлять и описывать структуру спортивного движения в нашей стране, формулировать отличие задач физической культуры от задач спорта;

выполнять задания на составление комплексов физических упражнений по преимущественной целевой направленности их использования, находить и представлять материал по заданной теме, объяснять связь физических упражнений для

формирования и укрепления здоровья, развития памяти, разговорной речи, мышления;

представлять и описывать общее строение человека, называть основные части костного скелета человека и основные группы мышц;

описывать технику выполнения освоенных физических упражнений;

формулировать основные правила безопасного поведения на занятиях по физической культуре;

находить информацию о возрастных периодах, когда эффективно развивается каждое из следующих физических качеств: гибкость, координация, быстрота, сила, выносливость;

различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств и способностей человека;

различать упражнения на развитие моторики;

объяснять технику дыхания под водой, технику удержания тела на воде;

формулировать основные правила выполнения спортивных упражнений (по виду спорта на выбор);

выявлять характерные ошибки при выполнении физических упражнений.

### **Способы физкультурной деятельности.**

*Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровье формирующими физическими упражнениями:*

самостоятельно проводить разминку по её видам: общую, партерную, разминку у опоры, характеризовать комплексы гимнастических упражнений по целевому назначению;

организовывать проведение игр, игровых заданий и спортивных эстафет (на выбор).

*Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью:*

определять максимально допустимую для себя нагрузку (амплитуду движения) при выполнении физического упражнения, оценивать и объяснять меру воздействия того или иного упражнения (по заданию) на основные физические качества и способности;

проводить наблюдения за своим дыханием при выполнении упражнений основной гимнастики.

*Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты:*

составлять, организовывать и проводить игры и игровые задания;

выполнять ролевые задания при проведении спортивных эстафет с гимнастическим предметом/без гимнастического предмета (организатор эстафеты,

главный судья, капитан, член команды).

### **Физическое совершенствование.**

#### *Физкультурно-оздоровительная деятельность:*

осваивать и выполнять технику разучиваемых физических упражнений и комбинаций гимнастических упражнений с использованием в том числе танцевальных шагов, поворотов, прыжков;

осваивать и выполнять технику спортивного плавания стилями (на выбор): брасс, кроль на спине, кроль;

осваивать технику выполнения комплексов гимнастических упражнений для развития гибкости, координационно-скоростных способностей;

осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений и жизненно важных навыков двигательной деятельности человека, такие как: построение и перестроение, перемещения различными способами передвижения, группировка, перекаты, повороты, прыжки, удержание на воде, дыхание под водой и другие;

проявлять физические качества: гибкость, координацию – и демонстрировать динамику их развития;

осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий;

осваивать строевой и походный шаг.

#### *Спортивно-оздоровительная деятельность:*

осваивать и демонстрировать технику стилей спортивного плавания (брасс, кроль) с динамикой улучшения показателей скорости при плавании на определённое расстояние;

осваивать комплексы гимнастических упражнений и упражнений акробатики с использованием и без использования гимнастических предметов (мяч, скакалка);

осваивать универсальные умения прыжков, поворотов, равновесий, включая: серию поворотов и прыжков на девяносто и сто восемьдесят градусов, прыжки с толчком одной ногой, обеими ногами с прямыми и согнутыми коленями, прямо и с полуповоротом, с места и с разбега, прыжки и подскоки через вращающуюся скакалку;

осваивать универсальные умения ходьбы на лыжах (при возможных погодных условиях), бега на скорость, метания теннисного мяча в заданную цель, прыжков в высоту через планку, прыжков в длину и иное;

осваивать универсальные умения при выполнении специальных физических упражнений, входящих в программу начальной подготовки по виду спорта (по выбору).

**К концу обучения в 4 классе обучающийся получит следующие предметные**

результаты по отдельным темам программы по физической культуре:

### **Знания о физической культуре:**

определять и кратко характеризовать физическую культуру, её роль в общей культуре человека, пересказывать тексты по истории физической культуры, олимпизма, понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью;

называть направления физической культуры в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания;

понимать и перечислять физические упражнения в классификации по преимущественной целевой направленности;

формулировать основные задачи физической культуры, объяснять отличия задач физической культуры от задач спорта;

характеризовать туристическую деятельность, её место в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания и отмечать роль туристической деятельности в ориентировании на местности и жизнеобеспечении в трудных ситуациях;

давать основные определения по организации строевых упражнений: строй, фланг, фронт, интервал, дистанция, направляющий, замыкающий, шеренга, колонна;

знать строевые команды;

знать и применять методику определения результатов развития физических качеств и способностей: гибкости, координационно-скоростных способностей;

определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма;

определять состав спортивной одежды в зависимости от погодных условий и условий занятий;

различать гимнастические упражнения по воздействию на развитие физических качеств (сила, быстрота, координация, гибкость).

### **Способы физкультурной деятельности:**

составлять индивидуальный режим дня, вести дневник наблюдений за своим физическим развитием, в том числе оценивая своё состояние после закалывающих процедур;

измерять показатели развития физических качеств и способностей по методикам программы по физической культуре (гибкость, координационно-скоростные способности);

объяснять технику разученных гимнастических упражнений и специальных

физических упражнений по виду спорта (по выбору);

общаться и взаимодействовать в игровой деятельности;

моделировать комплексы упражнений по заданной цели: на развитие гибкости, координации, быстроты, моторики, улучшение подвижности суставов, увеличение эластичности мышц, формирование стопы и осанки, развитие меткости и другое;

составлять, организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.

### **Физическое совершенствование**

#### *Физкультурно-оздоровительная деятельность:*

осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий (гимнастические минутки, утренняя гимнастика, учебно-тренировочный процесс);

моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств и способностей в зависимости от уровня физической подготовленности и эффективности динамики развития физических качеств и способностей;

осваивать универсальные умения по контролю за величиной физической нагрузки при выполнении упражнений на развитие физических качеств по частоте сердечных сокращений;

осваивать навыки по самостоятельному выполнению гимнастических упражнений при различных видах разминки: общей, партерной, разминки у опоры – в целях обеспечения нагрузки на группы мышц в различных положениях (в движении, лёжа, сидя, стоя);

принимать на себя ответственность за результаты эффективного развития собственных физических качеств.

#### *Спортивно-оздоровительная деятельность:*

осваивать и показывать универсальные умения при выполнении организующих упражнений;

осваивать технику выполнения спортивных упражнений;

осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании специальных физических упражнений;

проявлять физические качества гибкости, координации и быстроты при выполнении специальных физических упражнений и упражнений основной гимнастики;

выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений и техники плавания;

различать, выполнять и озвучивать строевые команды;

осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при разучивании и выполнении физических упражнений;

осваивать и демонстрировать технику различных стилей плавания (на выбор), выполнять плавание на скорость;

описывать и демонстрировать правила соревновательной деятельности по виду спорта (на выбор);

соблюдать правила техники безопасности при занятиях физической культурой и спортом;

демонстрировать технику удержания гимнастических предметов (мяч, скакалка) при передаче, броске, ловле, вращении, перекатах;

демонстрировать технику выполнения равновесий, поворотов, прыжков толчком с одной ноги (попеременно), на месте и с разбега;

осваивать технику выполнения акробатических упражнений (кувырок, колесо, шпагат/полушпагат, мост из различных положений по выбору, стойка на руках);

осваивать технику танцевальных шагов, выполняемых индивидуально, парами, в группах;

моделировать комплексы упражнений общей гимнастики по видам разминки (общая, партерная, у опоры);

осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр, игровых заданий, спортивных эстафет;

осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;

осваивать технические действия из спортивных игр.

### **Тематическое планирование кружка «Подвижные игры»**

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО:

1. Развитие ценностного отношения к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья.
2. Развитие ценностного отношения к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне.

3. Развитие ценностного отношения к своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать.
4. Развитие ценностного отношения к миру, как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье
5. Развитие ценностного отношения к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда
6. Развитие ценностного отношения к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение
7. Развитие ценностного отношения к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее

При реализации рабочей программы учебного предмета, осуществляется учет рабочей программы воспитания, предусматривающий проведение воспитательных мероприятий в соответствии с содержанием тем, представленных в календарном плане воспитания на текущий учебный год в модуле «Школьный урок».

## **ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Программа воспитания реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности образовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС и отражает готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретать первоначальный опыт деятельности на их основе, в том числе в части:

– **гражданского воспитания**, способствующего формированию российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в Российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободам и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры.

– **патриотического воспитания**, основанного на воспитании любви к родному краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности.

– **духовно-нравственного воспитания** на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, справедливости, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков.

– **эстетического воспитания**, способствующего формированию эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства.

– **физического воспитания**, ориентированного на формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия - развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.

– **трудового воспитания**, основанного на воспитании уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности.

– **экологического воспитания**, способствующего формированию экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды.

– **ценности научного познания**, ориентированного на воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей.

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

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

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

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

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п.п	Раздел	«ЭОР/ЦОР»	«Основные направления воспитательной деятельности»
<b>1 класс</b>			
1	Русские народные игры		3,5
2	«Подвижные игры»	<a href="http://wwopenclass.ru">http://wwopenclass.ru</a>	
3	«Эстафеты»		
<b>2 класс</b>			
1	Русские народные игры		3,5
2	«Игры народов России»	<a href="http://schoolcollection.edu.ru">http://schoolcollection.edu.ru</a>	3,4,5
3	«Подвижные игры»	<a href="http://wwopenclass.ru">http://wwopenclass.ru</a>	
4	«Эстафеты»		
<b>3 класс</b>			
1	Русские народные игры		3
2	«Игры народов России»	<a href="http://schoolcollection.edu.ru">http://schoolcollection.edu.ru</a>	3,4,5
3	«Подвижные игры»	<a href="http://wwopenclass.ru">http://wwopenclass.ru</a>	
4	«Эстафеты»		
<b>4 класс</b>			
1	Русские народные игры		3,5
2	«Игры народов России»		3,4,5
3	«Подвижные игры»	<a href="http://wwopenclass.ru">http://wwopenclass.ru</a>	
4	«Эстафеты»		

**Поурочное планирование  
1-й класс (29 часов)**

№ п/п	Тема занятия	Дата	Форма проведения
1	Техника безопасности на занятиях в зале. Гуси-лебеди	22.09, 23.09	беседа, разминка, игровой момент
2	У медведя во бору		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
3	Филин и пташки		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
4	Палочка- выручалочка		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
5	Блуждающий мяч		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
6	Классики		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
7	Ловишка в кругу		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
8	Пчелки и ласточки		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
9	К своим флажкам		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
10	Кот идет		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
11	Северный и южный ветер		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
12	Соревнования скороходов		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
13	Колдунчики		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
14	Аисты		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
15	Пчелы и медведи		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
16	Хитрая лиса		разминка, знакомство с

			правилами игры, игровой момент
17	Ловишки с приседаниями		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
18	Переправа с досками		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
19	Туннель		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
20	Собери урожай		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
21	На погрузке арбузов		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
22	Принеси мяч		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
23	Успей перебежать		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
24	С мячом		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
25	Весёлые старты		разминка, соревнование
26	Эстафета с мячом		разминка, соревнование
27	Эстафета со скакалкой		разминка, соревнование
28	Эстафета по кругу		разминка, соревнование
29	Эстафета «Быстрые и ловкие»		разминка, соревнование
	Итого: 29 часов		

## Поурочное планирование

### 2-й класс (34 часа)

№ п/п	Тема занятия	Дата	Форма проведения
1	Техника безопасности на занятиях в зале. Русская народная игра «Жмурки»		беседа, разминка, игровой момент
2	Русская народная игра «Кот и мышь»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
3	Русская народная игра «Горелки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
4	Русская народная игра «Салки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
5	Русская народная игра «Пятнашки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
7	Русская народная игра «Фанты»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
9	Русская народная игра «Волк»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
10	Русская народная игра «Птицелов»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
11	Подвижная игра «Совушка»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
12	Подвижная игра «Мышеловка»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
13	Подвижная игра «Пустое место»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
14	Подвижная игра «Карусель»		разминка, знакомство с
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»		разминка, знакомство с
16	Подвижная игра «Конники-		разминка, знакомство с
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
19	Эстафета «Передача мяча»		разминка, соревнование
20	Эстафета «С мячом»		разминка, соревнование
21	Эстафета зверей		разминка, соревнование
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»		разминка, соревнование

23	Эстафета «Вызов номеров»		разминка, соревнование
24	Эстафета по кругу		разминка, соревнование
25	Эстафета с обручем		разминка, соревнование
26	Эстафета со скакалкой		разминка, соревнование
27	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
28	Башкирские народные игры «Жмурки в кругах»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
29	Бурятская народная игра «Верблюжонка верблюду ловит»,		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
30	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Карга»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
31	Марийская народная игра «Катание мяча», «Биляша»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
32	Татарская народная игра «Хромая лиса»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
33	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
34	Чувашская игра «Летучая мышь»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
	Итого:34 часа		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент

## Поурочное планирование

### 3-й класс (34 часа)

№ п/п	Тема занятия	Дата	Форма проведения
1	Техника безопасности на занятиях в зале. Русская народная игра «Краски»		беседа, разминка, игровой момент
2	Русская народная игра «Гори, гори ясно»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
3	Русская народная игра «Ляпка»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
4	Башкирские народные игры «Юрта», «Жмурки в кругах»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
5	Бурятская народная игра «Верблюжонка верблюду ловит»,		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент

6	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
7	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
8	Калмыцкие народные игры «Прятки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
9	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
10	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
11	Марийская народная игра «Катание мяча»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
12	Татарская народная игра «Серый волк»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
13	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
14	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяц»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
15	Чечено-ингушская игра «Чиж»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
16	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
17	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
18	Североосетинская игра «Перетягивание»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
19	Чувашская игра «Рыбки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
20	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
21	Эстафета «Вызов номеров»		разминка, соревнование
22	Эстафета по кругу		разминка, соревнование
23	Эстафета с обручем		разминка, соревнование
24	Эстафета с мячом		разминка, соревнование
25	Эстафета «Быстрые и ловкие»		разминка, соревнование

27	Русская народная игра «Салки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
28	Русская народная игра «Пятнашки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
30	Русская народная игра «Фанты»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
31	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
32	Русская народная игра «Волк»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
33	Русская народная игра «Птицелов»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
34	Русская народная игра «Горелки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
	Итого: 34часа		

### Поурочное планирование 4-й класс (34часа)

№ п/п	Тема занятия	Дата	Форма проведения
1	Техника безопасности на занятиях в зале. Русская народная игра «Жмурки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
2	Русская народная игра «Кот и мышь»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
3	Русская народная игра «Горелки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
4	Русская народная игра «Салки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
5	Русская народная игра «Пятнашки»		разминка, знакомство с

			правилами игры, игровой момент
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
7	Русская народная игра «Фанты»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
8	Русская народная игра «Ловишки с приседаниями»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
9	Русская народная игра «Волк»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
10	Русская народная игра «Птицелов»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
11	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
12	Башкирские народные игры «Юрта»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
13	Бурятская народная игра «Верблюжонка верблюд ловит»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
14	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
15	Марийская народная игра «Катание мяча»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
16	Татарская народная игра «Серый волк»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент

			момент
17	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
18	Чувашская игра «Рыбки»		разминка, знакомство с правилами игры, игровой момент
19	Эстафета «Передача мяча»		разминка, соревнование
20	Эстафета со скакалкой		разминка, соревнование
21	Эстафета «С мячом»		разминка, соревнование
22	Эстафета зверей		разминка, соревнование
23	Эстафета «Быстрые и ловкие»		разминка, соревнование
24	Эстафета «Вызов номеров»		разминка, соревнование
25	Эстафета по кругу		разминка, соревнование
26	Эстафета с обручем		разминка, соревнование
27	Русская народная игра «Салки»		разминка, вспомнить правила игры, игра
28	Русская народная игра «Пятнашки»		разминка, вспомнить правила игры, игра
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		разминка, вспомнить правила игры, игра
30	Русская народная игра «Краски»		разминка, вспомнить правила игры, игра
31	Русская народная игра «Гори, гори ясно»		разминка, вспомнить правила игры, игра
32	Русская народная игра «Третий лишний»		разминка, вспомнить правила игры, игра
33	Русская народная игра «Пятнашки»		разминка, вспомнить правила игры, игра
34	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		разминка, вспомнить правила игры, игра
Итого:	34 часа		

