

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №33  
пос. Кытлым

Согласовано  
педагогическим советом  
МАОУ СОШ № 33  
протокол № 1 от «29» августа 2023 г.

Утверждено  
Приказом МАОУ СОШ № 33  
от «29» августа 2023 г. № 204-д

Приложение № 3.3.5  
к основной образовательной программе начального общего образования

Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
Спортивно-оздоровительной направленности  
«Подвижные игры»  
1-4 классы

п. Кытлым  
2023 -2024 учебный год

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Образовательная программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младших школьников.

Программа рассчитана на 4 года. 1 час в неделю, с 1 по 4 классы.

Воспитательный потенциал курса «Подвижные игры» реализуется через:

- Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

- Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики.

В программный материал входят простейшие виды построений и перестроений, большой круг общеразвивающих упражнений без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические и танцевальные упражнения.

Подвижные игры на материале легкой атлетики.

Бег, прыжки, метание.

Подвижные игры на материале лыжной подготовки.

Ознакомление с простейшими правилами обращения с лыжным инвентарём, обучение основным строевым приёмам с лыжами.

Подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)

Подвижные игры для формирования правильной осанки.

Подвижные игры на свежем воздухе.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

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

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

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

### **1. Регулятивные УУД:**

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

### **2. Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

### **3. Коммуникативные УУД:**

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности;
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## **ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ И ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КУРСА «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил игры; второй — поведенческий, позволяющий закрепить полученные знания на практике, укрепить своё здоровье.

Форма подведения итогов реализации программы – соревнования, викторины.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

Воспитательный потенциал курса внеурочной деятельности «подвижные игры» реализуется через применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

1 класс

«Современные подвижные игры»

№	Тема	Кол-во часов	Теория	Практические занятия
1	Здоровый образ жизни	1	1	
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1		1
3	Личная гигиена	1	1	
4	Профилактика травматизма	1	1	
5	Нарушение осанки	1		1
6	Современные подвижные игры: «Мяч по кругу»	1		1
7	«Поймай рыбку»	1		1
8	«Цепи кованы»	1		1
9	Профилактика травматизма	1	1	
10	«Змейка на асфальте»	1		1
11	«Бег с шариком»	1		1
12	«Нас не слышно и не видно»	1		1
13	«Третий лишний»	1		1
14	«Ворота»	1		1
15	«Чужая палочка»	1		1
16	«Белки, шишки и орехи»	1		1
17	Профилактика травматизма	1	1	
18	Нарушение осанки	1		1
19	«След в след»	1		1
20	Эстафета	1		1
21	«Мишень»	1		1

22	«С кочки на кочку»	1		1
23	«Без пары»	1		1
24	«Веревочка»	1		1
25	«Плетень»	1		1
26	Профилактика травматизма	1	1	
27	«Кто больше»	1		1
28	«Успевай, не зевай»	1		1
29	«День и ночь»	1		1
30	«Наперегонки парами»	1		1
31	«Ловушки-перебежки»	1		1
32	«Вызов номеров»	1		1
33	Эстафета	1		1

**2 класс**  
**«Старинные подвижные игры»**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практические занятия</b>
1	Здоровый образ жизни	1	1	
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1		1
3	Личная гигиена	1	1	
4	Профилактика травматизма	1	1	
5	Нарушение осанки	1		1
6	<b>Старинные подвижные игры:</b> «Двенадцать палочек»	1		1
7	«Катание яиц»	1		1
8	«Чижик»	1		1
9	Профилактика травматизма	1	1	
10	«Пустое место»	1		1

11	«Городки»	1		1
12	«Пятнашки»	1		1
13	«Волки и овцы»	1		1
14	«Намотай ленту»	1		1
15	«Лапта»	1		1
16	«Без соли соль»	1		1
17	«Чет-нечет»	1		1
18	«Серый волк»	1		1
19	«Ловись, рыбка, большая и маленькая»	1		1
20	Профилактика травматизма	1	1	
21	Нарушение осанки	1		1
22	«Платок»	1		1
23	«Кто боится колдуна?»	1		1
24	«Догонялки на санках»	1		1
25	«Лучники»	1		1
26	«Волк»	1		1
27	«Камнепад»	1		1
28	«Шаровки»	1		1
29	«Горелки»	1		1
30	«Штандер»	1		1
31	«Рыбки»	1		1
32	«Бабки»	1		1
33	«Казачи-разбойники»	1		1
34	Эстафета	1		1



**3 класс**  
**«Русские народные игры и забавы»**

№	Тема	Кол-во часов	Теория	Практические занятия
1	Здоровый образ жизни	1	1	
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1		1
3	Личная гигиена	1	1	
4	Профилактика травматизма	1	1	
5	Нарушение осанки	1		1
6	<b>Русские народные игры и забавы</b> <b>“Щука”</b>	1		1
7	“Водяной”	1		1
8	“Третий лишний”	1		1
9	“На золотом крыльце сидели...”	1		1
10	“Кандалы”	1		1
11	“Ворота”	1		1
12	“Слон”	1		1
13	“Козел”	1		1
14	«Лягушки и цапля»	1		1
15	«Волк во рву»	1		1
16	«Прыгуны»	1		1
17	«Лошади»	1		1
18	Профилактика травматизма	1	1	
19	«Птички и клетка»	1		1
20	«Северный и южный ветер»	1		1
21	«Бой петухов»	1		1
22	«Караси и щука»	1		1

23	«Лиса в курятнике»	1		1
24	«Река и ров»	1		1
25	«Горячая картошка»	1		1
26	«Заяц без логова»	1		1
27	«Подвижная цель»	1		1
28	Профилактика травматизма	1	1	
29	«Бредень»	1		1
30	«Заколдованный замок»	1		1
31	«Али-баба»	1		1
32	«Два Мороза»	1		1
33	"Жар-птица".	1		1
34	"Перетягивание воза".	1		1

**4 класс**  
**«Русские игровые традиции»**

№	Тема	Кол-во часов	Теория	Практические занятия
1	Здоровый образ жизни	1	1	
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1		1
3	Личная гигиена	1	1	
4	Профилактика травматизма	1	1	
5	Нарушение осанки	1		1
6	<b>Русские игровые традиции в подвижных играх</b> «Зазывалки»	1		1
7	«Жребий»	1		1
8	«Волки во рву»	1		1
9	«Волки и овцы»	1		1

10	«Медведь и вожак»	1		1
11	«Водяной»	1		1
12	«Невод»	1		1
13	«Чехарда»	1		1
14	«Птицелов»	1		1
15	«Жмурки»	1		1
16	Профилактика травматизма	1	1	
17	«Дуга»	1		1
18	«Кот и мышь»	1		1
19	«Ляпка»	1		1
20	«Заря»	1		1
21	«Гуси»	1		1
22	«Удар по веревочке»	1		1
23	«Зайки»	1		1
24	«Прыганье со связанными ногами»	1		1
25	«У медведя во бору»	1		1
26	«Гуси»	1		1
27	«Бой петухов»	1		1
28	«Переездной конь»	1		1
29	«Зелёная репка»	1		1
30	«Дударь»	1		1
31	«Капустка»	1		1
32	«Солнышко»	1		1
33	«В круги»	1		1

34	«Медом или сахаром»	1		1
----	---------------------	---	--	---

## МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

№ п/п	Инвентарь
1.	Мячи теннисные
2.	Конусы
3.	Секундомер
4.	Эстафетная палочка
5.	Мячи волейбольные
6.	Свисток
7.	Мячи футбольные
8.	Мячи набивные
9.	Маты гимнастические
10.	Стенка гимнастическая
11.	Скакалки гимнастические
12.	Палки гимнастические
13.	Кегли
14.	Скамейки гимнастические
15.	Мячи баскетбольные
16.	Обручи

### ЭЛЕКТРОННЫЕ И ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ

1. Конструктор рабочих программ <https://edsoo.ru/rabochie-programmy>
2. Сайт Министерства образования и науки РФ <http://www.mon.gov.ru>
3. Сайт Рособразования <http://www.ed.gov.ru>
4. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
5. Российский образовательный портал <http://www.school.edu.ru>
6. Каталог учебных изданий, электронного оборудования и электронных образовательных ресурсов для общего образования <http://www.ndce.edu.ru>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 479392069178180993905932985988858338549683813709

Владелец Панина Лия Борисовна

Действителен с 31.03.2023 по 30.03.2024