

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с. Среднее Аверкино  
муниципального района Похвистневский Самарской области

«ПРОВЕРЕНА»

Заместитель директора по УВР  
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино  
\_\_\_\_\_/В.В.Кириллова  
30.08.2021 г.

«УТВЕРЖДЕНА»

Приказом директора школы  
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино  
№184-од от 30.08.2021 г.  
\_\_\_\_\_/В.Н. Ромаданов

**Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» в 1-4 классах.  
Направление: спортивно - оздоровительное**

**Вид программы: секция**

**Срок реализации: 4 года**

**Составители: В.В. Хмелева, А.В. Миронова, В.И. Сотникова, В.Н. Ахтерьяков.**

«РАССМОТРЕНО»

на заседании

методического объединения  
протокол № 1 от 27.08.2021г  
руководитель МО

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

2021 год

## 1. Планируемые результаты освоения курса 1 класс

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

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):

### **Регулятивные 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).

### **Познавательные УУД:**

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.

### **Коммуникативные УУД:**

Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной форме (на уровне одного предложения или небольшого текста).

Слушать и понимать речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

Совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры, в школе и следовать им.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

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

осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

### **Способы проверки результатов**

- зачеты по теоретическим основам знаний;
- мониторинг личностного развития воспитанников;
- социометрические исследования;
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей;
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков;
- участие в соревнованиях;

## **2.Содержание программы**

### **Тема 1. Техника безопасности – 4 часа**

ТБ при занятиях подвижными играми.

### **Тема 2. Беседы - 3 часа**

Беседа «Личная гигиена». Беседа «Закаливание организма». Беседа: «Твой организм».

### **Тема 3. Игры - 59 часов**

«К своим флажкам», «Запрещенные движения». «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам». «Фигуры», «Флюгер». «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики». «Кот идет», «Товарищ командир», «Не ошибись», «Беги и собирай». «Берегись, Буратино», «Жмурки». «Дети и медведь», «Гуси - лебеди». «Зима - лето», «Космонавты». «Пчелки», «красная шапочка». Веселые эстафеты с предметами. «Пустое место, «Кот идет». «Птица без гнезда», «Быстро по местам». «Ловишки», «Карлики и великаны». «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты. «Колдунчики», Пчелки». «Через ручеек», «У ребят порядок строгий». «Стая», «Быстро по местам». «Летучие рыбки», «Жмурки». «Пчелы и медвежата», «Зима – лето». «Проведи», «Пчелки». «Светофор», «Гуси – лебеди». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Волк во рву», «Пустое место». «Воробушки», Берегись Буратино». «Зима - лето», «Космонавты». «Летает - не летает», «Статуя». «Кот идет», «Товарищ командир», «День и ночь», «Воробьи вороны». «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Колдунчик», «Салки выручали». «Гуси и

волк», «Салки выручали». «Проведи», «Пчелки». «Хитрая лиса», «Зима – лето». «Полоса препятствий». «День ночь», «Мы веселые ребята». «Пустое место». «Зима - лето», «Космонавты». Веселые эстафеты с мечами. «Пчелы и медвежата», «Зима – лето».

Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». Игры на свежем воздухе. «Зима лето». Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель». Веселые эстафеты на свежем воздухе. «Пустое место». «Класс смирно», «Веселые старты», «К своим флажкам», «Два мороза». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «День и ночь», «Воробьи вороны». «Воробушки», Берегись Буратино» Веселые старты с баскетбольными мячами. «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты, Игры на свежем воздухе. «Зима лето». Игры с мячом и обручем. Игры со скакалками.

### 3. Тематическое планирование 1класс.

№ п/п	Тема учебного занятия	Количество часов	
		Теория	Практика
1.	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Разучивание игры «Стань правильно», «Карлики и великаны».	1	
2.	Разучивание игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения».		1
3.	Разучивание игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам».		1
4.	Разучивание игры «Фигуры», «Флюгер».		1
5.	Разучивание игры «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики».		1
6.	Беседа личная гигиена. «Летает - не летает», «Статуя».		1
7.	«Кот идет», «Товарищ командир»		1
8.	«Не ошибись», «Беги и собирай».		1
9.	«Берегись, Буратино», «Жмурки».		1
10.	«Дети и медведь», «Гуси - лебеди».		1
11.	«Зима - лето», «Космонавты».		1
12.	Беседа: «Твой организм». «Кот проснулся»		1
13.	« Пчелки», «красная шапочка».		1
14.	Веселые эстафеты с предметами.		1
15.	«Пустое место, «Кот идет».		1
16.	«Птица без гнезда», «Быстро по местам».		1
17.	«Ловишки», «Карлики и великаны».		1
18.	ТБ при подвижных играх. «Пятнашки», «Зима- лето».		1
19.	«Проведи», «Пчелки».		1
20.	«Колдунчики», Пчелки».		1

21.	«Через ручеек», «У ребят порядок строгий».		1
22.	«Стая», «Быстро по местам».		1
23.	«Летучие рыбки», «Жмурки».		1
24.	«Пчелы и медвежата», «Зима – лето».		1
25.	«Проведи», «Пчелки».		1
26.	«Светофор», «Гуси – лебеди».		1
27.	«Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».		1
28.	«Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».		1
29.	«Волк во рву», «Пустое место».		1
30.	Беседа. Закаливание организма. «Кошки мышки».		1
31.	«Воробушки», Берегись Буратино».		1
32.	«Зима - лето», «Космонавты».		1
33.	ТБ при подвижных играх. «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».		1
34.	«Летает - не летает», «Статуя».		1
35.	«Кот идет», «Товарищ командир»		1
36.	«День и ночь», «Воробьи вороны».		1
37.	Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».		1
38.	«Колдунчики», «Салки выручали».		1
39.	«Гуси и волк», «Салки выручали».		1
40.	«Проведи», «Пчелки».		1
41.	«Хитрая лиса», «Зима – лето».		1
42.	Полоса препятствий.		1
43.	«День ночь», «Мы веселые ребята».		1
44.	«Волк во рву», «Пустое место».		1
45.	«Зима - лето», «Космонавты».		1
46.	Веселые эстафеты с мечами.		1
47.	Техника безопасности при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. Игры на свежем воздухе «Два мороза».	1	
48.	«Пчелы и медвежата», «Зима – лето».		1
49.	Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».		1
50.	Игры на свежем воздухе. «Зима лето».		1
51.	ТБ при подвижных играх. «Салки выручали», «Волк во рву».	1	
52.	Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель».		1
53.	Веселые эстафеты на свежем воздухе.		1

54.	«Волк во рву», «Пустое место».		1
55.	«Класс смирно», «Веселые старты»		1
56.	« К своим флажкам», «Два мороза».		1
57.	«Гуси и волк», «Салки выручали».		1
58.	«Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».		1
59.	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. «Салки выручалки», «Волк во рву».	1	
60.	«День и ночь», «Воробьи вороны».		1
61.	«Воробушки», Берегись Буратино».		1
62.	Веселые старты с баскетбольными мячами.		1
63.	«Зайцы, сторож и жучка», веселые старты,		1
64.	Игры на свежем воздухе. «Зима лето».		1
65.	Игры с мячом и обручем.		1
66.	Игры со скакалками		1
		4	62
	Итого	66ч	

## «Спортивные игры»

### 1. Планируемые результаты освоения курса 2 класс

Планируемыми результатами изучения курса являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Спортивные игры» являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Спортивные игры» являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## 2. Содержание курса

### **Теоретическая подготовка**

Влияние физических упражнений на организм человека. Гигиенические требования к занимающимся.

Физическая культура и спорт в России.

**Понятие о баскетболе, мини-баскетболе, о спортивных, подвижных играх.** Что является подвижными, спортивными играми.

Понятие об игре в большой баскетбол и мини-баскетбол. Достижения по баскетболу. Правила игр по мини-баскетболу.

Олимпийские игры.

**Техника безопасности на занятии по мини-баскетболу.** Охрана здоровья и меры безопасности на занятиях.

**Особенности проведения игр в спортивном зале и на площадке.** Использование ориентиров, ограничивающих место проведения занятия. Звуковые сигналы. Использование спортивного инвентаря.

### **Физическая подготовка**

Выполнение комплексов ОФП, воздействующих на различные группы мышц.

Выполнение специальных упражнений, использование спортивного инвентаря и снарядов для развития физических качеств.

Игры с элементами челночного бега, бега на короткие дистанции, бега с ускорением.

Специально-подготовленные упражнения и эстафеты с элементами большого баскетбола Передача мяча: двумя руками сверху, от груди, из-за головы, снизу, передача мяча с отскоком от пола.

Ведение по прямой, по кругу, зигзагом.

Броски в горизонтальную, вертикальную цель.

### **Игровая деятельность (подвижные игры с мячом)**

**Игры с передачей и ловлей мяча:** «Мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Поймай мяч», «Обгони мяч», «У кого меньше мячей», «Подвижная цель», «Лапта».

**Игры с ведением мяча:** «Вызовы по номерам», «Ведение мяча парами», «Ловишки с мячом».

**Игры с бросками мяча в цель:** «Пять бросков», «Бросание мяча в парах», «Метко в цель», «Чья команда больше», «Мяч капитану», «Лапта».

**Ознакомление с правилами игры в мини-футбол, футбол, вышибалы, мини- баскетбол, баскетбол и т. д.**



Ознакомить с правилами игры. Учитывая возрастные особенности и физическую подготовленность детей игры в мини-баскетбол соответственно правилам. **Правила поведения во время игры.**

## **1 четверть. Спортивные и подвижные игры - 9 ч.**

**Тема 1. Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Разведчики», «Кузнечики». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы**

Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**Тема 2. Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: Быстрая тройка», «Круговая лапта».**

Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

**Тема 3. Подвижные игры: «Веселая скакалка», «Лиса в курятнике». Эстафета с прыжками с ноги на ногу.**

Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

**Тема 4. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». Эстафета прыжками.**

Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**Тема 5. Разучивание игр «Мышеловка», «Командные салки». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.**

Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**Тема 6. Разучивание игр «Поезда», «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.**

Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**Тема 7. Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки».**

Самостоятельные игры.

**Тема 8. Разучивание игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».**

Эстафета с прыжками с ноги на ногу.  
Самостоятельные игры.

**Тема 9. Разучивание игры «Быстро в строй», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.**

Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**2 четверть. Спортивные и подвижные игры- 7 ч.**

**Тема 10. Пустое место», «С кочки на кочку». Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната». «Не намочи ног».**

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**Тема 11. Разучивание игры «Береги предмет». «Кто первый через обруч к флажку?»**

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**Тема 12. Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры.**

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**Тема 13 «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.**

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**Тема 14. «Кто дольше не сойдёт», «Удочка». Игры по выбору.**

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**Тема 15. Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее». Весёлые старты.**

Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.

**Тема 16. Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.**

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

**3 четверть. Зимние виды игр- 10 ч.**

**Тема 17. Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору.**

ТБ на уроках лыжной подготовки. Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.

**Тема 18. «Гонки санок». «Попади в цель». Игры по выбору.**

Техника безопасности. Катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

**Тема 19. Катание на лыжах. «Быстрые упряжки», «На санки». Игры по выбору.**

Техника безопасности. Катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

**Тема 20. Катание на лыжах. «Поменяй флажки», «Через препятствия». Самостоятельные игры.**

Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.

**Тема 21. Катание на лыжах. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки» Самостоятельные игры.**

Изменение скорости передвижения скользящим шагом и попеременным двушажным ходом.

**Тема 22. Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето» Игры по выбору.**

Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.

**Тема 23. Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.**

Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.

**Тема 24. Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.**

Эстафета на лыжах. Игры.

**Тема 25. Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен». Самостоятельные игры.**

Эстафета на лыжах. Игры. Выполнение эстафеты с применением всех изученных техник.

#### **4 четверть. Спортивные и подвижные игры- 9 ч.**

**Тема 26. «Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.** Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафеты.

**Тема 27. «Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол.**

Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей.

**Тема 28. «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.**

Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.

**Тема 29. « Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.** Соревнования. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.

**Тема 30. «Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик».**

Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.

**Тема 31. «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору.**

Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.

**Тема 32. Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета.**

Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.

**Тема 33. «Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору.**

Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.

## Тема 34. Весёлые старты.

Комбинированная эстафета. «Весёлые старты».

### 3. Тематическое планирование 2 класс

Разделы	Темы занятий	Количество часов	
		Теория	Практика
1 четверть(9 часов) Спортивные и подвижные игры.	Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Разведчики», «Кузнечики». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.		1
	Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: Быстрая тройка», «Круговая лапта».		1
	Подвижные игры: «Веселая скакалка», «Лиса в курятнике»Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».		1
	Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».		1
	Разучивание игр «Мышеловка», «Командные салки». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.		1
	Разучивание игр «Поезда», «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.		1
	Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.		1
	Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.		1
	Разучивание игры «Быстро в строй», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.		1
2 четверть(7 часов)	«Пустое место», «С кочки на кочку».Эстафета с переноской		1

Спортивные и подвижные игры.	предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната» «Не намочи ног».		
	Разучивание игры «Береги предмет» «Кто первый через обруч к флажку?»		1
	Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры.		1
	«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.		1
	«Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.		1
	Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.		1
	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка» Эстафета с мячами, скакалками.		1
3 четверть(9 часов) Зимние виды игр.	Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору.		1
	«Гонки санок» «Попади в цель». Игры по выбору.		1
	Катание на лыжах. «Быстрые упряжки», «На санки» Игры по выбору.		1
	Катание на лыжах . «Поменяй флажки», «Через препятствия» Самостоятельные игры.		1
	Катание на лыжах. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки» Самостоятельные игры.		1
	Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето» Игры по выбору.		1
	Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.		1

	Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.		1
	Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен» Самостоятельные игры.		1
4 четверть (9 часов) Спортивные эстафеты.	«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.		1
	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол		1
	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.		1
	« Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.		1
	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик».		1
	«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору.		1
	Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета.		1
	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору.		1
	Весёлые старты.		1
Итого: 34 ч.			34

### **3 класс.**

#### **1.Планируемые результаты освоения курса 3 класс**

##### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Результатом занятий в кружке «Подвижные игры народов мира» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Будут сформированы универсальные компетенции:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

##### **Личностные результаты**

Учащиеся научатся:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

##### **Метапредметные результаты**

Учащиеся научатся:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

##### **Предметные результаты**

Учащиеся научатся:



- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований,
- осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере;
- разработать (придумать) свои подвижные игры

### **Формы занятий**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

## **2.Содержание курса 3 класса**

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Эстафеты	6
3	Игры народов России	17
	итого	34

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

**«Русские народные игры»** включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

**«Игры различных народов».** Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

**«Подвижные игры».** Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

**«Эстафеты».** Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

### 3. Тематическое планирование 3 класс

Разделы	Тема занятия	Количество часов. Практика	
Народные игры	Русская народная игра «Краски»		1
20 ч.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»		1
	Русская народная игра «Ляпка»		1
	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»		1
	Бурятская народная игра «Ищем палочку»		1
	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»		1
	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»		1
	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»		1

	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»		1
	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»		1
	Марийская народная игра «Катание мяча»		1
	Татарская народная игра «Серый волк»		1
	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»		1
	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяц»		1
	Чечено-ингушская игра «Чиж»		1
	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»		1
	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»		1
	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»		1
	Чувашская игра «Рыбки»		1
	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»		1
Эстафеты-	Эстафета «Вызов номеров»		1
6 ч.	Эстафета по кругу		1
	Эстафета с обручем		1
	Эстафета с мячом		1
	Эстафета «Быстрые и ловкие»		1
	Эстафета «Встречная»		1
Русские	Русская народная игра «Салки»		1
народные	Русская народная игра «Пятнашки»		1
игры- 8 ч.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»		1
	Русская народная игра «Фанты»		1
	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»		1
	Русская народная игра «Волк»		1
	Русская народная игра «Птицелов». Зачет		1
	Русская народная игра «Горелки»		1

Итого: 34 ч.

34 ч.

## 4класс

### 1.Планируемые результаты освоения программы 4класс.

- у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения; - младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

#### **Личностные результаты:**

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

#### **Метапредметные результаты:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о

распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

**Ученик научится:**

активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

**Ученик научится понимать:**

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;
- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

## **2.Содержание программы**

**1.**Вводный инструктаж по Т.Б. Игры: «Встречная эстафета», «Два мороза».

**2.** Игры: «Мяч по кругу», «К своим флажкам», «Ручной футбол».

- 3.Игры: «Хитрая лиса», «У медведя во бору», «Мяч водящему».
- 4.Эстафеты с предметами, обучение ловли мяча на разных расстояниях.
- 5.Игры: «Кот и мышь», «Удочка!», «Охотники и утки».
- 6.Игры: «Колдунчики», «Точный расчет», «Мяч по кругу»
- 7.Игры: «Метко в цель», «День и ночь», «Волк во рву».
- 8.Игры: «Удочка», «Передача мячей в колоннах», «Попади в цель».
- 9.Игры: «Утки и охотник», «Волк во рву», «Встречная эстафета».
- 10.Игры: «Два мороза», «Отгадай по голосу».
- 11.Игры: Весёлые эстафеты, встречные эстафеты.
- 12.Игры: «Наседка и коршун», «Зайцы в огороде», «Хитрая лиса».
- 13.Игры: «Два мороза», «К своим флажкам!», «Удочка!»
- 14.Игры: «Попади в цель», «Удар по верёвочке», «Вызов номеров»
- 15.Игры: «Шишки, желуди, орехи», «Не дай мяч водящему!»
- 16.Игры: «Вызов номеров», «Прыжки по полоскам», «Кто дальше прыгнет».
- 17.Игры: «Карлики и великаны», «Шишки, желуди, орехи», «Метко в цель».
- 18.Игры: «Метко в цель», «Совушка», «Горелки».
- 19.Игры: «Космонавты», «Волк во рву», «Горелки».
20. «Эстафета с элементами равновесия»
- 21.Игры: «Удочка», «Эстафета по кругу», «вышибалы».
- 22.Игры: «Веревочка под ногами», «Метко в цель».
- 23.Игры: «Подвижная цель», «Совушка», «Кот и мыши».
- 24.Игры «Зайцы в огороде», «Отгадай по голосу!», «У медведя во бору».
- 25.Игры: «Лисы и куры», «Мяч водящему».
- 26.Игра «Точный расчет», «Карусель», «Горелки».
- 27.Игры: «Волки во рву», «Хитрая лиса», «Удар по верёвочке».
- 28.Игры: «Мяч среднему», «Челнок».
- 29.Игры: «К своим флажкам», «Класс, смирно!».
- 30.Игры: «Передал – садись!», «К своим флажкам».
- 31.Игры: «Мышеловка», «Собери ромашку».
32. Игры: «Карлики и великаны», «Перейди болото», «Зайцы в огороде».
- 33.Игры: «Волки во рву» и «Хитрая лиса», «Карусель».
- 34.Игры: «Перейти болото», «Бег с вращением обруча», «Мяч среднему».

### 3. Тематическое планирование 4 класс

Раздел	Тема занятия	Кол-во уроков	
		Теории	Практики
Подвижные игры	Вводный инструктаж по Т.Б. Игры: «Встречная эстафета», «Два мороза»		1
	Игры: «Мяч по кругу», «К своим флажкам», «Ручной футбол».		1
	Игры: «Хитрая лиса», «У медведя во бору», «Мяч водящему».		1
	Эстафеты с предметами, обучение ловли мяча на разных расстояниях.		1
	Игры: «Кот и мышь», «Удочка!», «Охотники и утки».		1
	Игры: «Колдунчики», «Точный расчет», «Мяч по кругу»		1
	Игры: «Метко в цель», «День и ночь», «Волк во рву».		1
	Игры: «Удочка», «Передача мячей в колоннах», «Попади в цель».		1
	Игры: «Утки и охотник», «Волк во рву», «Встречная эстафета».		1
	Игры: «Два мороза», «Отгадай по голосу», «Два мороза».		1
	Весёлые эстафеты, встречные эстафеты.		1
	Игры: «Наседка и коршун», «Зайцы в огороде», «Хитрая лиса».		1
	Игры: «Два мороза», «К своим флажкам!», «Удочка!»		1
	Игры: «Попади в цель», «Удар по верёвочке», «Вызов номеров».		1
	Игры: «Шишки, желуди, орехи», «Не дай мяч водящему!».		1
	Игры: «Вызов номеров», «Прыжки по полоскам», «Кто дальше прыгнет».		1
	Игры: «Карлики и великаны», «Шишки, желуди, орехи», «Метко в цель».		1
	Игры: «Метко в цель», «Совушка», «Горелки».		1
	Игры: «Космонавты», «Волк во рву», «Горелки».		1
	«Эстафета с элементами равновесия»		1

	Игры: «Удочка», «Эстафета по кругу», «Вышибалы».		1
	Игры: «Веревочка под ногами», «Метко в цель».		1
	Игры: «Подвижная цель», «Совушка», «Кот и мыши».		1
	Игра «Зайцы в огороде», «Отгадай по голосу!», «У медведя во бору».		1
	Игры: «Лисы и куры», «Мяч водящему»		1
	Игра «Точный расчет», «Карусель», «Горелки»		1
	Игры: «Волки во рву», «Хитрая лиса», «Удар по верёвочке»		1
	Игры: «Мяч среднему», «Челнок»		1
	Игры: «К своим флажкам», «Класс, смирно!»		1
	Игры: «Передал – садись!», «К своим флажкам»		1
	Игры: «Мышеловка», «Собери ромашку»		1
	Игры: «Карлики и великаны», «Перейди болото» , «Зайцы в огороде».Зачет.		1
	Игры: «Волки во рву» и «Хитрая лиса», «Карусель»		1
	Игры: «Перейти болото», «Бег с вращением обруча», «Мяч среднему».		1
	Итого: 34 ч.		34ч



