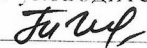



РАССМОТРЕНО  
на заседании  
МО учителей начальных классов  
Протокол № 1  
от «28» августа 2023г  
Руководитель МО  
 /Т.С. Шестопалова/

СОГЛАСОВАНО  
на заседании педагогического совета  
Протокол № 1  
от «31» августа 2023г  
Председатель педагогического совета  
 /Е.В. Самофалова/

УТВЕРЖДЕНО  
Директор лицея  
 /А. А. Алтухов/  
Приказ № 1-144  
от «31» августа 2023г



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
курса внеурочной деятельности  
**«Подвижные игры»**  
для обучающихся 4 классов  
срок реализации программы 1 года

Составитель: Чашлыгина Дарья Игоревна,  
учитель начальных классов

г. Полевая, 2023 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» для обучающихся 4 классов на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее — ФГОС НОО), а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны младшему школьнику. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.

**Цель курса:** сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

### Задачи программы:

- укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности учащихся;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

## Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание определяется возрастными особенностями младших школьников. В программе предусматривается определенная последовательность прохождения тем. Формы организации занятий внеурочной деятельности при реализации программы «Подвижные игры» основаны на индивидуальной, парной, групповой и массовой работах.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

### Раздел 1. Игры с бегом (5 часов).

**Тема 1.** Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

**Тема 2.** Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».

**Тема 3.** Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»

**Тема 4.** Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».

**Тема 5.** Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».

### Раздел 2. Игры с мячом (5 часов)

**Тема 1.** Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

**Тема 2.** Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».

**Тема 3.** Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».

**Тема 4.** Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»

**Тема 5.**Игра «Защищай ворота».

### Раздел 3.Игры с прыжками (5 часов).

**Тема 1.**Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

**Тема 2.**Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».

**Тема 3.**Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».

**Тема 4.**Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».

**Тема 5.** Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

#### **Раздел 4. Игра малой подвижности (7часов).**

**Тема 1 .** Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

**Тема 2.**Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».

**Тема 3.**Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».

**Тема 4.**Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».

**Тема 5.**Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

**Тема 6.**Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».

**Тема 7.** Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».

#### **Раздел 5.Зимние забавы (4 часов).**

**Тема 1.**Игра «Снежком по мячу».

**Тема 2.**Игра «Пустое место».

**Тема 3.**Игра «Кто дальше» (на лыжах).

**Тема 4.**Игра «Быстрый лыжник».

#### **Раздел 6. Эстафеты и народные игры(8)**

**Тема 1.**Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.

**Тема 2.**Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».

**Тема 3.**Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

**Тема 4.**Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".

**Тема 5.**Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".

**Тема 6.**Разучивание народных игр. Игра "Коршун".

**Тема 8.**Разучивание народных игр. Игра "Бабки".

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### Личностные результаты

Учащиеся должны:

- 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:

#### Регулятивные УУД:

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

#### Познавательные УУД:

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

#### Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения исследовать их;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

### Предметные результаты

Обучающиеся должны:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знания 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.

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Количество часов	Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.	1	Беседа, игра	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	1	Беседа, игра	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
3	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»	1	Беседа, игра	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
4	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».	1	Беседа, игра	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».	1	Беседа, игра	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
6	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.	1	Беседа, игра	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
7	Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».	1	Беседа, игра	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
8	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».	1	Беседа, игра	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
9	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто»	1	Беседа, игра	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>

	бросил»			
10	Игра «Защищай ворота».	1	Беседа, игра	<a href="https://metodistsudak.usite.pro/mr/spp/mr_spp_ovz_podvig.pdf">https://metodistsudak.usite.pro/mr/spp/mr_spp_ovz_podvig.pdf</a>
11	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.	1	Беседа, игра	
12	Комплекс ОРУ. Игра «Туда - обратно». Игра «Зайцы в огороде».	1	Беседа, игра	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
13	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «белые медведи».	1	Беседа, игра	РЭИ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
14	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	1	Беседа, игра	<a href="https://foxford.ru/?">https://foxford.ru/?</a>
15	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	1	Беседа, игра	
16	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.	1	Беседа, игра	РЭИ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
17	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».	1	Беседа, игра	<a href="https://metodistsudak.usite.pro/mr/spp/mr_spp_ovz_podvig.pdf">https://metodistsudak.usite.pro/mr/spp/mr_spp_ovz_podvig.pdf</a>
18	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?».	1	Беседа, игра	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
18	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».	1	Беседа, игра	<a href="https://foxford.ru/?">https://foxford.ru/?</a>
20	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».	1	Беседа, игра	РЭИ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
21	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».	1	Беседа, игра	
22	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?».	1	Беседа, игра	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
23	Игра «Снежком по мячу».	1	Беседа, игра	РЭИ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
24	Игра «Пустое место».	1	Беседа, игра	РЭИ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>

25	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	1	Беседа, игра	<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a>
26	Игра «Быстрый лыжник».	1	Беседа, игра	<a href="https://school.mos.ru">https://school.mos.ru</a>
27	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	1	Беседа, игра	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
28	Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1	Беседа, игра	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
29	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	Беседа, игра	<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a>
30	Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".	1	Беседа, игра	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
31	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	1	Беседа, игра	<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a>
32	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	1	Беседа, игра	<a href="https://school.mos.ru">https://school.mos.ru</a>
33-34	Итоговое занятие. Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	2	Беседа, игра	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>		<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a>

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Планируемая дата	Фактическая дата	Название темы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1			Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2			Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
3			Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта	1	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
4			Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>



			«Ловкие ребята».		
5			Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и шуки».	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
6			Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.	1	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
7			Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
8			Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
9			Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»	1	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
10			Игра «Защищай ворота».	1	<a href="https://metodistsudak.usite.pro/mr/spp/mr_spp_ovz_podvig.pdf">https://metodistsudak.usite.pro/mr/spp/mr_spp_ovz_podvig.pdf</a>
11			Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.	1	
12			Комплекс ОРУ. Игра «Туда - обратно». Игра «Зайцы в огороде».	1	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
13			Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «белые медведи».	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
14			Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	1	<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/?</a>
15			Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	1	
16			Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
17			Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».	1	<a href="https://metodistsudak.usite.pro/mr/spp/mr_spp_ovz_podvig.pdf">https://metodistsudak.usite.pro/mr/spp/mr_spp_ovz_podvig.pdf</a>
18			Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».	1	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>

20		Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».	1	<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a>
21		Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
22		Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».	1	
23		Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».	1	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
24		Игра «Снежком по мячу».	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
25		Игра «Пустое место».	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
26		Игра «Кто дальше» (на лыжах).	1	<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a>
27		Игра «Быстрый лыжник».	1	<a href="https://school.mos.ru">https://school.mos.ru</a>
28		Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	1	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
29		Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
30		Эстафета с предметами (скалки, мячи, обручи)	1	<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a>
31		Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".	1	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
32		Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	1	<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a>
33-34		Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	1	<a href="https://school.mos.ru">https://school.mos.ru</a>
		Итоговое занятие. Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	2	<a href="https://school.mos.ru/">https://school.mos.ru/</a>
<b>Итого:</b>			<b>34</b>	