

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

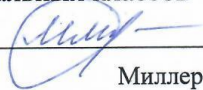
**Министерство образования Новосибирской области**

**МКУ "Управление образования Мошковского района"**

**МКОУ Смоленская СОШ**

**РАССМОТРЕНА**

**ШМО учителей  
начальных классов**

  
Миллер М.В.

Протокол № 1  
от «14» августа 2026 г.

**СОГЛАСОВАНА**

**Заместитель директора  
по УВР**

  
Куриганова Т.И.

Протокол № 1  
от «14» августа 2026 г.

**УТВЕРЖДЕНА**

**Директор школы**

  
Авдеев А.Н.

Приказ № 69у  
от «15» августа 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
для 1-4 классов начального  
общего образования на 2026-2027  
учебный год

**п. Смоленский 2026**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Подвижные игры» составлена на 5 лет и рассчитана на 170 часов из расчета 4 часа в неделю с 1 по 4 классы.

- Закон «Об образовании в РФ» (утвержден Приказом Минобрнауки РФ от 29.12.2012 г. №273).
- Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 №1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»; в редакции Приказа Минобрнауки России от 31 декабря 2015 г. N 1577.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 г. №189 «об утверждении СанПиН 2.4.2.2821 -10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
- Основная образовательная программа основного общего образования МКОУ «Смоленская СОШ»
- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1 – 11 классов В. И. Лях, А. Зданевич. Москва «Просвещение» 2021 г.

Программный материал внеурочной деятельности состоит из следующих разделов: теоретический материал, практические занятия (общая физическая подготовка, русская лапта, бессюжетные игры, игры-забавы, зимние игры, эстафетные игры, военно-спортивные игры, игры по выбору детей).

## **Общая характеристика курса**

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями.

В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике.

В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные 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.

Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

## **Цели и задачи курса**

### **Цель программы:**

Создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

### **Задачи:**

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

## **Содержание курса.**

### ***Теоретический материал***

Основы истории развития физической культуры; правила игр, основные приемы техники игры в различных видах спорта; простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия; историю развития данных видов в России и в мире; правила судейства в изучаемых подвижных играх; физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития; индивидуальные способы контроля; правила личной гигиены, правила техники безопасности при проведении подвижных игр и внеурочных занятий, профилактику травматизма.

Для успешной реализации программы по спортивно – оздоровительному направлению используются современные методы и формы занятий, которые помогают сформировать у обучающихся устойчивый интерес к данному виду деятельности:

1. Словесные методы: рассказ, беседа, объяснение, лекции, дискуссия, метод примера.

2. Наглядные методы: просмотр фотографий, видеофильмов, картин, схем, плакатов, рисунков.
3. Практические методы: ролевые игры, инсценировки; выполнение рисунков.
4. Методы стимулирования и мотивации: формирование опыта эмоционально-ценностных отношений у обучающихся; интереса к деятельности и позитивному поведению (соревнования, познавательные и ролевые игры); долга и ответственности (учить проявлять упорство и настойчивость).
5. Методы контроля: практические задания, самоконтроль.
6. Методы создания положительной мотивации обучаемых.

Наряду с традиционными формами организации учебной деятельности, такими как лекции, семинары, дискуссии, экскурсии, программой предусмотрены и нетрадиционные:

- интегрированные занятия, основанные на межпредметных связях;
- тренинги знакомств, общения, эрудиции;
- игры;
- беседы;
- обсуждение работ, обучающихся;

### Описание материально-технического обеспечения

| Наименование объектов и средств материально-технического оснащения                                    | Необходимое количество | Примечание                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>                                                    |                        |                                                                                                                                                                                                         |
| Стандарт основного общего образования по физической культуре                                          | Д                      | Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала) |
| Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре и спорту, олимпийскому движению | Д                      | В составе библиотечного фонда                                                                                                                                                                           |
| Методические издания по физической культуре для учителей                                              | Д                      | Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»                                                                                                                               |
| <b>Технические средства обучения</b>                                                                  |                        |                                                                                                                                                                                                         |
| Сканер                                                                                                | Д                      |                                                                                                                                                                                                         |
| Принтер лазерный                                                                                      | Д                      |                                                                                                                                                                                                         |
| Копировальный аппарат                                                                                 | Д                      | Может входить в материально-техническое оснащение образовательного учреждения                                                                                                                           |

| <b>Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование</b> |   |                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------|
| Стенка гимнастическая                                         | Г |                                                                                    |
| Скамейка гимнастическая жёсткая                               | Г |                                                                                    |
| Комплект навесного оборудования                               | Г |                                                                                    |
| Секундомер                                                    | Г |                                                                                    |
| Коврик гимнастический                                         | Г |                                                                                    |
| Сетка для переноса малых мячей                                | Г |                                                                                    |
| Маты гимнастические                                           | Г |                                                                                    |
| Мяч набивной (1 кг, 2 кг)                                     | К |                                                                                    |
| Мяч малый (теннисный)                                         | К |                                                                                    |
| Скакалка гимнастическая                                       | К |                                                                                    |
| Палка гимнастическая                                          | К |                                                                                    |
| Обруч гимнастический                                          | К |                                                                                    |
|                                                               |   |                                                                                    |
|                                                               |   |                                                                                    |
| <b>Подвижные и спортивные игры</b>                            |   |                                                                                    |
| Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой              | Д |                                                                                    |
| Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой               | Г |                                                                                    |
| Мячи баскетбольные для мини-игры                              | Г |                                                                                    |
| Сетка для переноса и хранения мячей                           | Д |                                                                                    |
| Стойки волейбольные универсальные                             | Д |                                                                                    |
| Сетка волейбольная                                            | Д |                                                                                    |
| Мячи волейбольные                                             | Г |                                                                                    |
| Компрессор для накачивания мячей                              | Д |                                                                                    |
| Форма волейбольная                                            | Г |                                                                                    |
| Сетка для ворот мини-футбола                                  | Д |                                                                                    |
| Мячи футбольные                                               | Г |                                                                                    |
| Мячи для ручного мяча                                         | Г |                                                                                    |
| Аптечка медицинская                                           | Д |                                                                                    |
|                                                               |   |                                                                                    |
| <b>Спортивные залы (кабинеты)</b>                             |   |                                                                                    |
| Спортивный                                                    |   | С раздевалками для мальчиков и девочек                                             |
| Кабинет учителя                                               |   | Включает в себя рабочий стол, стулья, сейф, книжные шкафы (полки), шкаф для одежды |
| Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования     |   | Включает в себя стеллажи, контейнеры                                               |
| <b>Пришкольный стадион (площадка)</b>                         |   |                                                                                    |

## Планируемые результаты освоения курса «Подвижные игры»

### 1 класс

Личностные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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.
- 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.

## Содержание учебного предмета

### 1 класс (33 часа)

| № | Разделы               | Кол-во часов |
|---|-----------------------|--------------|
| 1 | Русские народные игры | 8            |
| 2 | Подвижные игры        | 17           |
| 3 | Эстафеты              | 8            |
|   | Итого                 | 33           |

### Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 1 классе (33 часа)

| № п/п | Тема                                                                              | Кол-во часов | Форма организации деятельности       | Дата |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------|------|
| 1     | Подвижная игра "Ловишки".                                                         | 1            | ТБ при проведении подвижных игр.     |      |
| 2     | Подвижная игра "Ловишки". "Быстро встань в колонну"                               | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 3     | Русская народная игра «Горелки», подвижная игра "Жмурки"                          | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 4     | Русская народная игра «Салки». Подвижная игра "Совушка".                          | 1            | Беседа «Возникновение подвижных игр» |      |
| 5     | "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники".  | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 6     | Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо".                            | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 7     | Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне".        | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 8     | Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо".                                           | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 9     | Подвижная игра "Жмурки", "Летает, не летает".                                     | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 10    | Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка".                       | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 11    | Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".                                 | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 12    | Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок". | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 13    | Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?".                                      | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 14    | Подвижная игра "Ключи", игра "Кто ушел?".                                         | 1            | Подвижная игра средней интенсивности |      |
| 15    | Подвижная игра "Кого называли, тот ловит", "Воротца".                             | 1            | Подвижная игра средней интенсивности |      |
| 16    | Подвижная игра "Воробьи и кошка".                                                 | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 17    | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему".                                  | 1            | Игра малой подвижности               |      |

|    |                                                                  |   |                                                                                              |  |
|----|------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 18 | Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч".                     | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 19 | Веселые старты. Игра "Кто быстрее?".                             | 1 | Беседа: «Основы строения и функций организма»                                                |  |
| 20 | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод".                       | 1 | ТБ при проведении подвижных игр.                                                             |  |
| 21 | Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры".                          | 1 | Игра средней интенсивности                                                                   |  |
| 22 | Подвижная игра "Ключи".                                          | 1 | Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде».               |  |
| 23 | Подвижная игра "Хитрая лиса".                                    | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 24 | Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает".                    | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 25 | Подвижная игра "Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает". | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 26 | Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне".             | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 27 | Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо".                              | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 27 | Подвижная игра "Воробьи и кошка"                                 | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 28 | Подвижная игра "Мяч в воздухе".                                  | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 26 | Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Кто ушел?".                     | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 27 | Подвижная игра "Медведи и пчелы", "Воротца".                     | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 27 | Подвижная игра "Медведи и пчелы "Угадай, чей голосок".           | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 28 | Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники".                     | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 29 | Подвижная игра "Совушка", "Угадай, чей голосок".                 | 1 | Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». |  |
| 30 | Подвижная игра "Карусель»                                        | 1 | Эстафета с мячом.                                                                            |  |
| 31 | Подвижная игра ""Волк на рву".                                   | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 32 | Подвижная игра "Удочка", "Мяч водящему".                         | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 33 | Подвижная игра "Медведь и пчелы", игра "Мяч в воздухе".          | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |

## Планируемые результаты освоения курса «Подвижные игры»

### 2 класс

Личностные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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.
- 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.

## Содержание учебного предмета

**2 класс (34 часа)**

| № | Разделы               | Кол-во часов |
|---|-----------------------|--------------|
| 1 | Русские народные игры | 11           |
| 2 | Подвижные игры        | 8            |
| 3 | Эстафеты              | 8            |
| 4 | Игры народов России   | 7            |
|   | Итого                 | 34           |

**Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 2 классе  
(34 часа)**

| № п/п | Тема                                           | Кол-во часов | Форма организации деятельности                | Дата |
|-------|------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------|------|
| 1     | Русская народная игра «Жмурки»                 | 1            | ТБ при проведении подвижных игр.              |      |
| 2     | Русская народная игра «Кот и мышь»             | 1            | Игровое упражнение                            |      |
| 3     | Русская народная игра «Горелки»                | 1            | Игра малой подвижности                        |      |
| 4     | Русская народная игра «Салки»                  | 1            | Беседа «Возникновение подвижных игр»          |      |
| 5     | Русская народная игра «Пятнашки»               | 1            | Игровое упражнение                            |      |
| 6     | Русская народная игра «Охотники и зайцы»       | 1            | Игровое упражнение                            |      |
| 7     | Русская народная игра «Фанты»                  | 1            | Игровое упражнение                            |      |
| 8     | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 1            | Игра малой подвижности                        |      |
| 9     | Русская народная игра «Волк»                   | 1            | Игра малой подвижности                        |      |
| 10    | Русская народная игра «Птицелов»               | 1            | Игровое упражнение                            |      |
| 11    | Подвижная игра «Совушка»                       | 1            | Игровое упражнение                            |      |
| 12    | Подвижная игра «Мышеловка»                     | 1            | Игра малой подвижности                        |      |
| 13    | Подвижная игра «Пустое место»                  | 1            | Игра малой подвижности                        |      |
| 14    | Подвижная игра «Карусель»                      | 1            | Подвижная игра средней интенсивности          |      |
| 15    | Подвижная игра «Кто быстрее?»                  | 1            | Подвижная игра средней интенсивности          |      |
| 16    | Подвижная игра «Конники-спортсмены»            | 1            | Игра малой подвижности                        |      |
| 17    | Подвижная игра «Лягушата и цыплята»            | 1            | Игра малой подвижности                        |      |
| 18    | Подвижная игра «Карлики и великаны»            | 1            | Игра малой подвижности                        |      |
| 19    | Эстафета «Передача мяча»                       | 1            | Беседа: «Основы строения и функций организма» |      |
| 20    | Эстафета «С мячом»                             | 1            | ТБ при проведении                             |      |

|    |                                                               |   |                                                                                              |  |
|----|---------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|    |                                                               |   | подвижных игр.                                                                               |  |
| 21 | Эстафета зверей                                               | 1 | Игра средней интенсивности                                                                   |  |
| 22 | Эстафета «Быстрые и ловкие»                                   | 1 | Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Эстафета      |  |
| 23 | Эстафета «Вызов номеров»                                      | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 24 | Эстафета по кругу                                             | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 25 | Эстафета с обручем                                            | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 26 | Эстафета со скакалкой                                         | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 27 | Русская народная игра «Гори, гори ясно!»                      | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 27 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»                | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 28 | Бурятская народная игра «Ищем палочку»                        | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 26 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 27 | Марийская народная игра «Катание мяча»                        | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 27 | Татарская народная игра «Серый волк»                          | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 28 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»             | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 29 | Чувашская игра «Рыбки                                         | 1 | Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». |  |
| 30 | Русская народная игра «Жмурки»                                | 1 | Эстафета с мячом.                                                                            |  |
| 31 | Русская народная игра «Кот и мышь»                            | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 32 | Русская народная игра «Горелки»                               | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 33 | Русская народная игра «Салки»                                 | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 34 | Русская народная игра «Пятнашки»                              | 1 |                                                                                              |  |

## Планируемые результаты освоения курса «Подвижные игры»

### 3 класс

Личностные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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.
- 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.

## Содержание учебного предмета

### 3 класс (34 часа)

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

### Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 3 классе (34 часа)

| № п/п | Тема                                                          | Кол-во часов | Форма организации деятельности       | Дата |
|-------|---------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------|------|
| 1     | Русская народная игра «Краски»                                | 1            | ТБ при проведении подвижных игр.     |      |
| 2     | Русская народная игра «Гори, гори ясно»                       | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 3     | Русская народная игра «Ляпка»                                 | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 4     | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»                | 1            | Беседа «Возникновение подвижных игр» |      |
| 5     | Бурятская народная игра «Ищем палочку»                        | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 6     | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 7     | Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»               | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 8     | Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»                   | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 9     | Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»                     | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 10    | Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»                     | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 11    | Марийская народная игра «Катание мяча»                        | 1            | Игровое упражнение                   |      |
| 12    | Татарская народная игра «Серый волк»                          | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 13    | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»             | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 14    | Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяц»              | 1            | Подвижная игра средней интенсивности |      |
| 15    | Чечено-ингушская игра «Чиж»                                   | 1            | Подвижная игра средней интенсивности |      |
| 16    | Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»         | 1            | Игра малой подвижности               |      |
| 17    | Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»                  | 1            | Игра малой подвижности               |      |

|    |                                                                 |   |                                                                                              |  |
|----|-----------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 18 | Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»                       | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 19 | Чувашская игра «Рыбки»                                          | 1 | Беседа: «Основы строения и функций организма»                                                |  |
| 20 | Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз» | 1 | ТБ при проведении подвижных игр.                                                             |  |
| 21 | Эстафета «Вызов номеров»                                        | 1 | Игра средней интенсивности                                                                   |  |
| 22 | Эстафета по кругу                                               | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 23 | Эстафета с обручем                                              | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 24 | Эстафета с мячом                                                | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 25 | Эстафета «Быстрые и ловкие»                                     | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 26 | Эстафета «Встречная»                                            | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 27 | Русская народная игра «Салки»                                   | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 27 | Русская народная игра «Пятнашки»                                | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 28 | Русская народная игра «Охотники и зайцы»                        | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 26 | Русская народная игра «Фанты»                                   | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 27 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»                  | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 27 | Русская народная игра «Волк»                                    | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 28 | Русская народная игра «Птицелов»                                | 1 | Эстафета                                                                                     |  |
| 29 | Русская народная игра «Горелки»                                 | 1 | Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». |  |
| 30 | Русская народная игра «Краски»                                  | 1 | Эстафета с мячом.                                                                            |  |
| 31 | Русская народная игра «Гори, гори ясно»                         | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 32 | Русская народная игра «Ляпка»                                   | 1 | Игра малой подвижности                                                                       |  |
| 33 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»                  | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |
| 34 | Бурятская народная игра «Ищем палочку»                          | 1 | Игровое упражнение                                                                           |  |

**Планируемые результаты освоения курса «Подвижные игры»**

#### **4 класс**

**Личностные результаты** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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.
- 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;
- 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

## Содержание учебного предмета

### 4 класс (34 часа)

| № | Разделы               | Кол-во часов |
|---|-----------------------|--------------|
| 1 | Русские народные игры | 19           |
| 2 | Эстафеты              | 8            |
| 3 | Игры народов России   | 7            |
|   | Итого                 | 34           |

### Календарно-тематическое планирование курсу «Подвижные игры» в 4 классе

(34 часа)

| № п/п | Тема                                                          | Кол-во часов | Форма организации деятельности | Дата |
|-------|---------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------|------|
| 1     | Русская народная игра «Жмурки»                                | 1            |                                |      |
| 2     | Русская народная игра «Кот и мышь»                            | 1            |                                |      |
| 3     | Русская народная игра «Горелки»                               | 1            |                                |      |
| 4     | Русская народная игра «Салки»                                 | 1            |                                |      |
| 5     | Русская народная игра «Пятнашки»                              | 1            |                                |      |
| 6     | Русская народная игра «Охотники и зайцы»                      | 1            |                                |      |
| 7     | Русская народная игра «Фанты»                                 | 1            |                                |      |
| 8     | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»                | 1            |                                |      |
| 9     | Русская народная игра «Волк»                                  | 1            |                                |      |
| 10    | Русская народная игра «Птицелов»                              | 1            |                                |      |
| 11    | Русская народная игра «Гори, гори ясно!»                      | 1            |                                |      |
| 12    | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»                | 1            |                                |      |
| 13    | Бурятская народная игра «Ищем палочку»                        | 1            |                                |      |
| 14    | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1            |                                |      |
| 15    | Марийская народная игра «Катание мяча»                        | 1            |                                |      |
| 16    | Татарская народная игра «Серый волк»                          | 1            |                                |      |
| 17    | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»             | 1            |                                |      |
| 18    | Чувашская игра «Рыбки»                                        | 1            |                                |      |
| 19    | Эстафета «Передача мяча»                                      | 1            |                                |      |

|       |                                          |   |  |  |
|-------|------------------------------------------|---|--|--|
| 20    | Эстафета со скакалкой                    | 1 |  |  |
| 21    | Эстафета «С мячом»                       | 1 |  |  |
| 22    | Эстафета зверей                          | 1 |  |  |
| 23    | Эстафета «Быстрые и ловкие»              | 1 |  |  |
| 24    | Эстафета «Вызов номеров»                 | 1 |  |  |
| 25    | Эстафета по кругу                        | 1 |  |  |
| 26    | Эстафета с обручем                       | 1 |  |  |
| 27    | Русская народная игра «Салки»            | 1 |  |  |
| 27    | Русская народная игра «Пятнашки»         | 1 |  |  |
| 28    | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 |  |  |
| 29    | Русская народная игра «Краски»           | 1 |  |  |
| 30    | Русская народная игра «Гори, гори ясно»  | 1 |  |  |
| 31    | Русская народная игра «Третий лишний»    | 1 |  |  |
| 32    | Русская народная игра «Пятнашки»         | 1 |  |  |
| 33-34 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 2 |  |  |

### Результаты освоения курса внеурочной деятельности

*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 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 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, вари

В результате изучения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Подвижные игры» школьники должны:

**Знать:**

- правила игр, основные приемы техники игры в различных видах спорта;

- простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия;
- историю развития данных видов в России и в мире;
- правила судейства в изучаемых подвижных играх;
- основы истории развития физической культуры;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития;
- индивидуальные способы контроля;
- правила личной гигиены, правила техники безопасности при проведении подвижных игр и внеурочных занятий профилактику травматизма.

**Уметь:**

- выполнять основные приемы техники игр и применять их в игре;
- соблюдать на практике правила игр, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта;
- соблюдать правила взаимодействия в процессе спортивной игры;
- осуществлять рефлексию в ходе и по окончании игровой деятельности;
- соблюдать правила безопасности на занятиях физической культурой;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием;
- демонстрировать двигательные умения и навыки.