


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ШКОЛА № 66» ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА

Рассмотрено:  
руководитель МО

 /Шелудько Т.А./

Протокол № 1  
от «24» 08 2022г.

Проверено:

зам.директора по УВР  
МБОУ Школа № 66 г.о. Самара  
 /Слимак И.Ю./

от «24» 08 2022г.

Утверждено:

Директор МБОУ Школа № 66  
г.о. Самара  
 /Кочанова Н.А./

Приказ № \_\_\_\_\_  
от «  » \_\_\_\_\_ 2022г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по курсу внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры»**

2-4 класс

начальное общее образование

Программу составил(а):

Ямщикова Нина Михайловна, высшая квалификационная категория;  
Деревяшкина Анжелика Юрьевна, высшая квалификационная категория;  
Сороколет Татьяна Борисовна, высшая квалификационная категория;  
Кошарская Татьяна Викторовна, высшая квалификационная категория;  
Дьячкова Светлана Ивановна, первая квалификационная категория;  
Попова Анастасия Валерьевна, первая квалификационная категория

Самара, 2022 год

## Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «**Подвижные игры**» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Программы внеурочной деятельности образовательной организации.

Программа реализуется во внеурочной деятельности в рамках **спортивно-оздоровительного** направления.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению

направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи,

большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

**Цель:** создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных народных игр через включение их в совместную деятельность.

Программа определяет ряд **задач:**

- активизировать двигательную активность средних школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

На изучение курса внеурочной деятельности «**Подвижные игры**» отводится **1 час в неделю**, итого **34 часов** за учебный год.

## Содержание курса внеурочной деятельности

«Подвижные игры», 2 класс

### I. Игры с бегом

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи». Игра "Лиса и куры".
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». " Веселые ракеты".
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место». Игра «Невод».
- Упражнения с предметами. Игра «Колесо» «Два мороза». Игра «Воробьи попрыгунчики». Игра «Челнок». Игра «Карусель».

### II. Игры с мячом

*Теория.* Правила безопасного поведения при с играх мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи», "Перестрелка". Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч». Игра "Гусеница".
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». Игра "Перестрелка".
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». Игра "Мяч по полу".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".
- Комплекс ОРУ в движении. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Гонка мячей".
- Комплекс ОРУ в круге. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "

### III. Игры с прыжками

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом».

#### **IV. Игры малой подвижности**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». Игра «На новое место».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». Игра "Лабиринт".
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». Игра «Что изменилось?».

#### **V. Народные игры**

*Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

#### **VI. Эстафеты**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки.

*Практические занятия:*

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».

- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

**Планируемые результаты освоения  
курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры», 2 класс**

Программа обеспечивает достижение первоклассниками следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

***Личностные результаты:***

- 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:**

- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на уроке;
- учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, 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.

**Познавательные:**

- делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре);
- 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 рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
- находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

### **Коммуникативные:**

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (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 в школе и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

### ***Предметные результаты.***

В результате освоения курса «Подвижные игры»  
*обучающиеся будут иметь представление:*

- 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;

*обучающиеся закрепят умения:*

- 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.

Для реализации программного содержания используются учебно-методические пособия:

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
8. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г.

**Учебно-тематический план занятий внеурочной деятельности  
«Подвижные игры», 2 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Количество часов</b>
1	Игры с бегом	5
2	Игры с мячом	8
3	Игры с прыжками	4
4	Игры малой подвижностью	2
5	Народные игры	7
6	Эстафеты	8
<b>Итого</b>		<b>34</b>

**Календарно - тематическое планирование  
«Подвижные игры», 2 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Дата по плану</b>	<b>Дата по факту</b>	<b>Практика</b>
1	Инструктаж по охране труда. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.	03.09.22		1
2	Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи». Игра "Лиса и куры".	10.09.22		1
3	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». "Веселые ракеты".	17.09.22		1
4	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место». Игра «Невод».	24.09.22		1
5	Упражнения с предметами. Игра «Колесо» «Два мороза». Игра «Воробьи -попрыгунчики».	01.10.22		1
6	Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи», «Перестрелка».	15.10.22		1
7	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч». Игра "Гусеница".	22.10.22		1



8	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». Игра "Перестрелка".	27.10.22		1
9	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча	10.11.22		1
10	Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». Игра «Мяч по полу».	24.11.22		1
11	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".	01.12.22		1
12	Комплекс ОРУ в движении. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Гонка мячей".	08.12.22		1
13	Комплекс ОРУ в круге. Игра "Перестрелка с пленом". Игра «Молекулы».	15.12.22		1
14	Правила по технике безопасности проведения игр прыжками. Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».	22.12.22		1
15	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	29.12.22		1
16	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».	11.01.23		1
17	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку».	19.01.23		1
18	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». Игра «На новое место».	26.01.23		1
19	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». Игра «Что изменилось?».	02.02.23		1
20	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	09.02.23		1
21	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	16.02.23		1
22	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка».	02.03.23		1
23	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	09.03.23		1
24	Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	16.03.23		1

25	Закаливание и его влияние на организм.	23.03.23		1
26	Игра "Воротца".	30.03.23		1
27	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки. Веселые старты.	13.04.23		1
28	Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	20.04.23		1
29	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	27.04.23		1
30	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	04.05.23		1
31	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	11.04.23		1
32	ОРУ на развитие ловкости. Работа с малыми мячами. Игра « Флорбол »	18.04.23		1
33-34	Влияние подвижных игр на организм. Футбол двумя мячами.	25.04.23		2
Итого		34 часа		