

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Прииртышская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО:

на заседании педагогического совета школа
Протокол от «30» августа 2022 г. № 1

СОГЛАСОВАНО:

заместитель директора по УВР
 А.И. Исакова

УТВЕРЖДЕНО:

приказом директора школы
от «31» августа 2022 г. № 82



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»
для 1-4 класса
на 2022-2023 учебный год

Планирование составлено в соответствии
с требованиями начального общего образования

Составитель программы: Шашков А.А.,
учитель физической культуры
первой квалификационной категории

п. Прииртышский
2022 год

Содержание учебного курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» состоит из четырёх частей:

Раздел 1 «Современные подвижные игры»: ознакомление с играми, требующими командного состава. **(33 ч.)**

1 класс: Здоровый образ жизни, здоровье в порядке-спасибо зарядке, личная гигиена, профилактика травматизма, нарушение осанки, современные подвижные игры.

Раздел 2 «Старинные народные игры»: ознакомление с играми старины, культурой и этикетом того времени. **(34 ч.)**

2 класс: Здоровый образ жизни, здоровье в порядке- спасибо зарядке, личная гигиена, профилактика травматизма, нарушение осанки, старинные подвижные игры. Культура и этикет.

Раздел 3 «Русские народные игры и забавы»: формирование у обучающихся интеллектуальных способностей, культуры эмоций и чувств. **(34 ч.)**

3 класс: Здоровый образ жизни, здоровье в порядке- спасибо зарядке, личная гигиена, профилактика травматизма, нарушение осанки, русские народные игры и забавы.

Раздел 4 «Русские игровые традиции»: формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена, профилактика вредных привычек. **(34 ч.)**

4 класс: Здоровый образ жизни, здоровье в порядке- спасибо зарядке, личная гигиена, профилактика травматизма, нарушение осанки, русские игровые традиции.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Содержание программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» обеспечивает достижение личностных, метапредметных и предметных результатов, способствует реализации программы развития универсальных учебных действий обучающихся, в соответствии с основной образовательной программой.

Личностные:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

Метапредметные:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи внеурочной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умений характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- развитие умения технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека
- физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное, представление о физической культуре и здоровье, как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Разделы, темы учебного занятия (урока)	Количество часов	Форма проведения урока	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учётом программы воспитания
«Современные подвижные игры» (33 часа)					
1	Здоровый образ жизни	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/	Создание условий для формирования у обучающихся установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей; для осознанного отношения обучающихся к выбору
2	Здоровье в порядке-спасибо зарядке!	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/326644/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662/	
3	Личная гигиена	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/326520/	
4	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/	
5	Нарушение осанки	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/start/223780/	
6	«Мяч по кругу»	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/	
7	«Поймай рыбку»	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/	
8	«Цепи кованы»	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/	
9	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция		

10	«Змейка на асфальте»	1	Урок-практикум	индивидуального рациона здорового питания; для овладения обучающимися современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены; в целях недопущения употребления наркотических средств и психотропных веществ, профилактики инфекционных заболеваний;	
11	«Бег с шариком»	1	Урок-практикум		
12	«Нас не слышно и не видно»	1	Урок-практикум		
13	«Третий лишний»	1	Урок-практикум		
14	«Ворота»	1	Урок-практикум		
15	«Чужая палочка»	1	Урок-практикум		
16	«Белки, шишки и орехи»	1	Урок-практикум		
17	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция		
18	Нарушение осанки	1	Урок-лекция		
19	«След в след»	1	Урок-практикум		
20	Эстафета	1	Урок-практикум		
21	«Мишень»	1	Урок-практикум		
22	«С кочки на кочку»	1	Урок-практикум		
23	«Без пары»	1	Урок-практикум		
24	«Веревочка»	1	Урок-практикум		
25	«Плетень»	1	Урок-практикум		
26	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция		
27	«Кто больше»	1	Урок-практикум		
28	«Успевай, не зевай»	1	Урок-практикум		
29	«День и ночь»	1	Урок-практикум		
30	«Наперегонки парами»	1	Урок-практикум		
31	«Ловушки-перебежки»	1	Урок-практикум		
32	«Вызов номеров»	1	Урок-практикум		
33	«Хвостики»	1	Урок-практикум		
	Итого за 1 четверть	8			
	Итого за 2 четверть	8			
	Итого за 3 четверть	9			
	Итого за 4 четверть	8			
	Итого:	33			

Тематическое планирование
2 класс

№ п/п	Разделы, темы учебного занятия (урока)	Количество часов	Форма проведения урока	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учётом программы воспитания
«Старинные народные игры» (34 часа)					
1	Здоровый образ жизни	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/	Создание условий для формирования у обучающихся установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей; для осознанного отношения обучающихся к выбору индивидуального рациона здорового питания; для овладения обучающимися современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены; в целях недопущения употребления наркотических средств и психотропных веществ, профилактики
2	Здоровье в порядке-спасибо зарядке!	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/326644/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662/	
3	Личная гигиена	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/326520/	
4	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/	
5	Нарушение осанки	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/start/223780/	
6	«Двенадцать палочек»	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/	
7	«Катание яиц»	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/	
8	«Чижик»	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/	
9	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция		
10	«Пустое место»	1	Урок-практикум		
11	«Городки»	1	Урок-практикум		
12	«Пятнашки»	1	Урок-практикум		
13	«Волки и овцы»	1	Урок-практикум		
14	«Намотай ленту»	1	Урок-практикум		
15	«Лапта»	1	Урок-практикум		
16	«Без соли соль»	1	Урок-практикум		
17	«Чет-нечет»	1	Урок-практикум		
18	«Серый волк»	1	Урок-практикум		
19	«Ловись, рыбка, большая и маленькая»	1	Урок-практикум		
20	Профилактика	1	Урок-лекция		

	травматизма			инфекционных заболеваний;
21	Нарушение осанки	1	Урок-лекция	
22	«Платок»	1	Урок-практикум	
23	«Кто боится колдуна?»	1	Урок-практикум	
24	«Догонялки на санках»	1	Урок-практикум	
25	«Лучники»	1	Урок-практикум	
26	«Волк»	1	Урок-практикум	
27	«Камнепад»	1	Урок-практикум	
28	«Шаровки»	1	Урок-практикум	
29	«Горелки»	1	Урок-практикум	
30	«Штандер»	1	Урок-практикум	
31	«Рыбки»	1	Урок-практикум	
32	«Бабки»	1	Урок-практикум	
33	«Казачи-разбойники»	1	Урок-практикум	
34	«Тише едешь»	1	Урок-практикум	
	Итого за 1 четверть	8		
	Итого за 2 четверть	8		
	Итого за 3 четверть	10		
	Итого за 4 четверть	8		
	Итого:	34		

Тематическое планирование
3 класс

№ п/п	Разделы, темы учебного занятия (урока)	Количество часов	Форма проведения урока	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учётом программы воспитания
«Русские народные игры и забавы» (34 часа)					
1	Здоровый образ жизни	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/	Создание условий для формирования у обучающихся установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей; для осознанного отношения обучающихся к выбору индивидуального рациона здорового питания; для овладения обучающимися современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены; в целях недопущения употребления наркотических средств и психотропных веществ, профилактики
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/326644/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662/	
3	Личная гигиена	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/326520/	
4	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/	
5	Нарушение осанки	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/start/223780/	
6	“Щука”	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/	
7	“Водяной”	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/	
8	“Третий лишний”	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/	
9	“На золотом крыльце сидели”	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/	
10	“Кандалы”	1	Урок-практикум		
11	“Ворота”	1	Урок-практикум		
12	“Слон”	1	Урок-практикум		
13	“Козел”	1	Урок-практикум		
14	«Лягушки и цапля»	1	Урок-практикум		
15	«Волк во рву»	1	Урок-практикум		
16	«Прыгуны»	1	Урок-практикум		
17	«Лошади»	1	Урок-практикум		
18	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция		
19	«Птички и клетка»	1	Урок-практикум		
20	«Северный и южный ветер»	1	Урок-практикум		
21	«Бой петухов»	1	Урок-практикум		
22	«Караси и щука»	1	Урок-практикум		

23	«Лиса в курятнике»	1	Урок-практикум	инфекционных заболеваний;
24	«Река и ров»	1	Урок-практикум	
25	«Горячая картошка»	1	Урок-практикум	
26	«Заяц без логова»	1	Урок-практикум	
27	«Подвижная цель»	1	Урок-практикум	
28	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция	
29	«Бредень»	1	Урок-практикум	
30	«Заколдованный замок»	1	Урок-практикум	
31	«Али-баба»	1	Урок-практикум	
32	«Два Мороза»	1	Урок-практикум	
33	"Жар-птица".	1	Урок-практикум	
34	"Перетягивание воза".	1	Урок-практикум	
	Итого за 1 четверть	8		
	Итого за 2 четверть	8		
	Итого за 3 четверть	10		
	Итого за 4 четверть	8		
	Итого:	34		

Тематическое планирование
4 класс

№ п/п	Разделы, темы учебного занятия (урока)	Количество часов	Форма проведения урока	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учётом программы воспитания
«Русские игровые традиции в подвижных играх» (34 часа)					
1	Здоровый образ жизни	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/	Создание условий для формирования у обучающихся установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей; для осознанного отношения обучающихся к выбору индивидуального рациона здорового питания; для овладения обучающимися современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены; в целях недопущения употребления наркотических средств и психотропных веществ, профилактики
2	Здоровье в порядке-спасибо зарядке!	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/326644/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662/	
3	Личная гигиена	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/326520/	
4	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/	
5	Нарушение осанки	1	Урок-лекция	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/start/223780/	
6	«Зазывалки»	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/	
7	«Жребий»	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/	
8	«Волки во рву»	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/	
9	«Волки и овцы»	1	Урок-практикум	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/	
10	«Медведь и вожак»	1	Урок-практикум		
11	«Водяной»	1	Урок-практикум		
12	«Невод»	1	Урок-практикум		
13	«Чехарда»	1	Урок-практикум		
14	«Птицелов»	1	Урок-практикум		
15	«Жмурки»	1	Урок-практикум		
16	Профилактика травматизма	1	Урок-лекция		
17	«Дуга»	1	Урок-практикум		
18	«Кот и мышь»	1	Урок-практикум		
19	«Ляпка»	1	Урок-практикум		
20	«Заря»	1	Урок-практикум		
21	«Гуси»	1	Урок-практикум		
22	«Удар по веревочке»	1	Урок-практикум		
23	«Зайки»	1	Урок-практикум		
24	«Прыганье со	1	Урок-практикум		

	связанными ногами»			инфекционных заболеваний;
25	«У медведя во бору»	1	Урок-практикум	
26	«Гуси»	1	Урок-практикум	
27	«Бой петухов»	1	Урок-практикум	
28	«Переездной конь»	1	Урок-практикум	
29	«Зелёная репка»	1	Урок-практикум	
30	«Дударь»	1	Урок-практикум	
31	«Капустка»	1	Урок-практикум	
32	«Солнышко»	1	Урок-практикум	
33	«В круги»	1	Урок-практикум	
34	«Медом или сахаром»	1	Урок-практикум	
	Итого за 1 четверть	8		
	Итого за 2 четверть	8		
	Итого за 3 четверть	10		
	Итого за 4 четверть	8		
	Итого:	34		