

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение**  
**Самарской области лицей (технологический) с. Хрящевка**  
**муниципального района Ставропольский**

---

445146, Российская Федерация, Самарская область, муниципальный район Ставропольский,  
сельское поселение Хрящевка, село Хрящевка, ул. Полевая д. 7/1, т. 23-57-42 **E-mail:** [hryashhev-sch@mail.ru](mailto:hryashhev-sch@mail.ru)

<b>ПРИНЯТО</b> Педагогическим Советом №1 от 27.08.2024	<b>СОГЛАСОВАНО</b> на заседании Управляющего совета Протокол №1 от 27.08.2024 г.	<b>УТВЕРЖДАЮ</b> И.о. директора ГБОУ лицей с. Хрящевка _____ В.В. Кравченко Приказ № 399/1-од от 28.08.2024
---	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности «Подвижные игры»

для обучающихся 1,4 классов

на 2024-2025 учебный год

ГБОУ лицей с. Хрящевка, 2024 г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **Статус документа**

#### **Нормативные документы, обеспечивающие реализацию программы:**

Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 №286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022 №ТВ–1290/03 «О направлении методических рекомендаций» (информационно-методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновлённых федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования).

Федеральный Закон от 12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Письмо Минобрнауки России от 12.05.2011 №03–296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного стандарта общего образования».

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»** для 1, 4 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»,

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 569 от 18.07.2022 “О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования”).

- Данная рабочая программа ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

-Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 1, 4 класса является частью содержательного раздела ООП НОО ГБОУ лицей с. Хрящевке.

-В соответствии с ФОП данная программа реализует спортивно- оздоровительное направление.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений.

Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

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.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий.

Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

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

### **Задачи программы**

#### **Образовательные:**

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству народов Поволжья.
- Расширение кругозора младших

#### **Развивающие:**

- Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;

- Развитие активности, самостоятельности, ответственности;

- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;

- Развитие внимательности, как черты характера, свойства

#### **Воспитательные:**

- Воспитание чувства коллективизма;

- Формирование установки на здоровый образ жизни;

- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

### **Место курса в плане внеурочной деятельности**

На изучение курса отводится 1 час в неделю в 1, 4 классах, всего 33 часа в 1 классе и 34 часа в 4 классах.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **КУРСА 1 КЛАСС**

Программа представлена пятью блоками: народные игры, игры на внимание,

игры со скакалкой, подвижные игры.

**«Народные игры»** Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности. Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны, толерантность при общении в коллективе.

**«Игры на внимание»** Цели: развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно- силовых, выносливости и гибкости) способностей.

**«Игры со скакалкой»** Скакалка применяется повсеместно для основа при физической подготовке (ОФП). Цель: развитие выносливости, координации, быстроты реакции, крупной моторики. Развивать умение выполнять движения по сигналу

**«Подвижные игры»** Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.

Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре

#### 4 КЛАСС

**Русские народные игр.** Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

**Игры народов России** - Яркое выражение народа в них играющего, отражение этноса в целом и истории его развития.

**Подвижные игры.** Они позволяют снять физическую усталость с мышц, достичь эмоционального переключения с одного вида деятельности на другой. Подвижные игры особенно любимы детьми, ведь они – важный источник радостных эмоций. Игры стимулируют активную работу, мысли, способствуют расширению кругозора, совершенствованию всех психических процессов. Подвижные игры формируют положительные нравственные качества у детей. Доброта, взаимопомощь, поддержка, смелость, внимательность, взаимовыручка высоко ценятся среди играющих, а такие качества, как трусость, себялюбие, похвальба осуждаются.

**Эстафеты.** Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Эти игры чаще всего основаны на простых движениях: беге, ловле. Такие игры доступны всем.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### Личностные результаты

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

### Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

*познавательные УУД:*

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;

- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;

- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

*коммуникативные УУД:*

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;

- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;

- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

*регулятивные УУД:*

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;

- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;

- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Какие бывают игры. Правила игр	1	0	1	РЭШ
2	Русские народные игры	7	0	7	РЭШ
3.	Игры на внимание	6	0	6	РЭШ
4.	Игры со скакалкой	2	0	2	РЭШ
5	Подвижные игры	17	0	17	РЭШ
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0	33	

### 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Русские народные игры	11	0	11	
2.	Эстафеты	6	0	6	
3.	Игры народов России	17	0	17	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
1 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов		
		всего	контрольные работы	практические работы
1	Какие бывают игры. Русская народная игра «Зайцы в огороде»	1	0	1
2	Правила игры. Обязательны ли они для всех? Русская народная игра «Гуси - лебеди»».	1	0	1
3	Русская народная игра «Ловишка в кругу»	1	0	1
4.	Русская народная игра «Пчёлки и ласточка».	1	0	1
5	Русская народная игра «Обыкновенные жмурки»	1	0	1
6.	Русская народная игра «Палочка - выручалочка»	1	0	1
7.	Русская народная игра «Караси и щука»	1	0	1
8.	Русская народная игра «Белые медведи»»	1	0	1
9.	Игра на внимание «Смена сторон»	1	0	1
10.	Игра на развитие внимания «Запомни движение»	1	0	1
11.	Игра на внимание «Вызов номеров»	1	0	1
12.	Игры на внимание «Запрещённое движение», «Запомни порядок»	1	0	1
13.	Игра «Три движения», «Узнай, чей голосок»	1	0	1
14.	Игра «Маляр и краски»	1	0	1
15.	Игры со скакалкой. «Рыбаки и рыбки»	1	0	1
16.	Эстафеты со скакалкой.	1	0	1
17.	Игра «Большой мяч».	1	0	1

18.	Игра с мячом «Бездомный заяц».	1	0	1
19.	Весёлые старты с мячом.	1	0	1
20.	Игры с мячом. Эстафета «Озорные мячики»	1	0	1
21.	Игра с прыжками «Прыжки кругом»	1	0	1
22.	Игры на меткость. «Стрельба по мишеням. «Броски снежков»	1	0	1
23.	Игра «Успей поймать».	1	0	1
24.	Игра «Бег по следам»	1	0	1
25.	Игра «Мяч в воздухе»	1	0	1
26.	Игра «Собачки»	1	0	1
27.	Игра «Передал - садись»	1	0	1
28.	Игра «Сторож и воробьи»	1	0	1
29.	Игра «Медведи и пчёлы»	1	0	1
30.	Игра «Куры в огороде»	1	0	1
31.	Игра «Вышибалы»	1	0	1
32.	Игра «Салки с перебежками»	1	0	1
33.	Игра по выбору	1	0	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0	33



#### 4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов		
		всего	контрольные работы	практические работы
1.	Русская народная игра «Салки»	1	0	1
2.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1	0	1
3.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	0	1
4.	Русская народная игра «Краски»	1	0	1
5.	Русская народная игра «Пятнашки»	1	0	1
6.	Русская народная игра «Ляпка»	1	0	1
7.	Русская народная игра «Фанты»	1	0	1
8.	Русская народная игра «Тише едешь – дальше будешь»	1	0	1
9.	Русская народная игра «Дед мороз»	1	0	1
10.	Игра народов Урала и Сибири Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1	0	1
11.	Эстафета «Вызов номеров»	1	0	1
12.	Эстафеты в парах	1	0	1
13.	Эстафета с обручем	1	0	1
14.	Эстафета с мячами	1	0	1
15.	Эстафета «Ловкость»	1	0	1
16.	Эстафета «Встречная»	1	0	1
17.	Татарская народная игра «Белый волк»	1	0	1
18.	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	1	0	1
19.	Чувашская игра «Рыбки»	1	0	1
20.	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1	0	1
21.	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1	0	1

22.	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	0	1
23.	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка»	1	0	1
24.	Чечено-ингушская игра «Чиж»	1	0	1
25.	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	1	0	1
26.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	0	1
27.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	0	1
28.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	0	1
29.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	0	1
30.	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	1	0	1
31.	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	1	0	1
32.	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	1	0	1
33.	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1	0	1
34.	Игра по выбору	1	0	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		

## ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/> (РЭШ)