

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №31»  
Г. о. Подольск**

Рассмотрено  
Руководитель ШМО  
Федорова О. Ю  
Протокол № 1  
от «30» августа 2023г.

Согласовано  
Заместитель директора по УВР  
Каяндер О.В.  
Протокол № 1  
от «30» августа 2023г

Утверждаю  
Директор МОУ «СОШ № 31»  
Т. В. Беляева  
Приказ №156/7  
«30» августа 2023г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
Спортивно-оздоровительная деятельность  
1 класс  
(34 часа, 1 час в неделю)**

**Составители:**  
Куцырь Ирина Александровна  
Великанов Алексей Юрьевич  
Громова Диляра Равильевна  
Щукина Татьяна Николаевна  
Казмалы Стефанида Константиновна

2023 год

Программа курса внеурочной деятельности для первого класса «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к основной образовательной программе начального общего образования.

Программа «Подвижные игры» учитывает возрастные, общеучебные и психологические особенности обучающихся.

*Цель программы:* совершенствование двигательных умений и навыков младших школьников посредством подвижных и спортивных игр.

Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, игры имеют огромное значение для духовно-нравственного воспитания так, как знакомят с определенными правилами, и учат в жизни следовать определенным правилам. Таким образом, программа направлена на укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовленности, духовное совершенствование личности учащегося начальной школы и расширение его коммуникативных навыков.

Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 1го класса рассчитана на 34 часа (при 1 часе в неделю).

Форма организации деятельности – кружок, практикум.

## Содержание внеурочной деятельности

Подвижная игра "Ловишки". Подвижная игра "Ловишки". "Быстро встань в колонну". Русская народная игра «Горелки», подвижная игра "Жмурки". Русская народная игра «Салки». Подвижная игра "Совушка". "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники". Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо". Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча в колонне". Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо". Подвижная игра "Жмурки", "Летает, не летает". Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка". Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры". Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок". Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?". Подвижная игра "Ключи", игра "Кто ушел?". Подвижная игра "Кого называли, тот ловит", "Воротца". Подвижная игра "Воробьи и кошка". Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему". Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч". Веселые старты. Игра "Кто быстрее?". Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод". Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры". Подвижная игра "Ключи". Подвижная игра "Хитрая лиса". Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает". Подвижная игра "Кого называли, тот и ловит", "Летает, не летает". Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне". Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо". Подвижная игра "Воробьи и кошка". Подвижная игра "Мяч в воздухе". Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Кто ушел?". Подвижная игра "Медведи и пчелы", "Воротца". Подвижная игра "Медведи и пчелы "Угадай, чей голосок". Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники". Подвижная игра "Совушка", "Угадай, чей голосок". Подвижная игра "Карусель». Подвижная игра ""Волк на рву". Подвижная игра "Удочка", "Мяч водящему". Подвижная игра "Медведь и пчелы", игра "Мяч в воздухе".

## Планируемые результаты внеурочной деятельности

### *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:

#### Познавательные:

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.
- Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели

#### Регулятивные:

- Определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
- Находить ошибки при проведении игр, отбирать способы их исправления.
- Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игровой деятельности.
- Организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр.
- Планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности

#### Коммуникативные:

- Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.
- Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
- Доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

### **Предметные результаты**

- Планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг.
- Представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.

- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.
- Бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр.
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

Осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья.

Социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

**ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ**

Обучение ведется на безотметочной основе.

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

- степень помощи, которую оказывает учитель обучающимся при выполнении заданий;
- поведение детей на занятиях: живость, активность, заинтересованность обеспечивают положительные результаты;
- по итогам изучения каждого раздела проводится итоговое занятие в форме эстафеты, игры, соревнований. Это позволяет увидеть, насколько ученики научились играть, как они способны в разнообразной игровой обстановке применять умения и навыки в естественных видах движений.
- косвенным показателем эффективности занятий может быть уменьшение пропусков по причине болезни.

## Тематическое планирование внеурочной деятельности

Тема, раздел курса	Количество часов по программе	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся (с учетом рабочей программы воспитания)	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Русские народные игры	8	Игровое упражнение Игра малой подвижности Беседа Мотивация к познанию и обучению	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Подвижные игры	17	Игровое упражнение Игра малой подвижности Подвижная игра средней интенсивности Готовность обучающихся к саморазвитию	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Эстафеты	9	Познавательная беседа, Игровое упражнение Эстафета Готовность обучающихся к саморазвитию	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>		

### Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности

№ п/п	Наименование раздела и тем	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Подвижная игра "Ловишки".	01-10/09		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.	Подвижная игра "Ловишки". "Быстро встань в колонну"	11-17/09		
3.	Русская народная игра «Горелки», подвижная игра "Жмурки"	18-24/09		
4.	Русская народная игра «Салки». Подвижная игра "Совушка".	25/09-01/10		
5.	"Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники".	02/10-08/10		
6.	Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо".	16-22/10		
7.	Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча в колонне".	23-29/10		
8.	Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо".	30/10-05/11		
9.	Подвижная игра "Жмурки", "Летает, не летает".	06-12/11		
10.	Подвижная игра "Не попадись", "Бабочка", "Лягушка".	13-19/11		
11.	Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".	27/11-03/12		
12.	Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок".	04-10/12		
13.	Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?".	11-17/11		
14.	Подвижная игра "Ключи", игра "Кто ушел?".	18-24/12		
15.	Подвижная игра "Кого назвали, тот ловит", "Воротца".	25-29/12		
16.	Подвижная игра "Воробьи и кошка".	08-14/01		
17.	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему".	15-21/01		
18.	Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч".	22-28/01		

19.	Веселые старты. Игра "Кто быстрее?".	29/01-04/02		
20.	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод".	05-11/02		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
21.	Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры".	12-18/02		
22.	Подвижная игра "Ключи".	26/02-03/03		
23.	Подвижная игра "Хитрая лиса".	04-10/03		
24.	Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает".	11-17/03		
25.	Подвижная игра "Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает".	18-24/03		
26.	Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне".	25/03-31/03		
27.	Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо".	01/04-07/04		
28.	Подвижная игра "Воробьи и кошка"	15-21/04		
29.	Подвижная игра "Мяч в воздухе".	22-28/04		
30.	Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Кто ушел?".	29/04-01/05		
31.	Подвижная игра "Медведи и пчелы", "Воротца".	06-12/05		
32.	Подвижная игра "Медведи и пчелы "Угадай, чей голосок".	13-19/05		
33.	Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники".	20-26/05		
34.	Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники".	27-31/05		
<b>Итого 34 часа</b>				



## **Учебно-методическое обеспечение**

### **Учебные материалы для ученика**

Гимнастика и подвижные игры в начальной школе/ А.Ю. Патрикеев. – М.: Феникс, 2020. – 96 с

### **Методические материалы для учителя**

Картотека подвижных игр и игровых заданий учителя физической культуры. От игры к спорту. ФГОС./ П. А. Киселев, С. Б. Киселева – М.:Учитель, 2020. – 279 с.

Подвижные игры в спортзале/ А.Ю. Патрикеев. – М.: Феникс, 2020. – 156 с

### **Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети Интернет**

<https://resh.edu.ru/>

### **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

ПК, интерактивная доска, аудио и видео материалы. Мячи: малый теннисный мяч, баскетбольные, волейбольные, футбольные, набивные мячи 1кг, кегли, конусы стартовые, скамейка гимнастическая.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 25910413180194252715292873429998908689710672426

Владелец Беляева Тамара Владимировна

Действителен с 31.08.2023 по 30.08.2024