


**Филиал муниципального общеобразовательного учреждения –  
средней общеобразовательной школы с. Кировское  
средней общеобразовательной школы с. Полековское  
Марковского района Саратовской области**

<p align="center"><b>«Рассмотрено»</b> Руководитель ШМО классных руководителей <i>Ю.М. Торгашова</i> / Ю.М. Торгашова / Протокол № <u>1</u> от <u>«28» августа</u> 2023 г.</p>	<p align="center"><b>«Согласовано»</b> Заместитель директора по ВР СОШ с.Полековское <i>Н.С. Чегоданова</i> / Н.С. Чегоданова / от «<u>31</u>» <u>августа</u> 2023 г.</p>	<p align="center"><b>«Утверждено»</b> Руководитель СОШ с.Полековское <i>И.А. Суханова</i> / И.А. Суханова / от «<u>31</u>» <u>августа</u> 2023 г.</p> 
--	---	---

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### кружка внеурочной деятельности

#### «Подвижные игры»

Срок реализации программы: 1 год

Возраст детей, на которых рассчитана

дополнительная образовательная программа:  
10-15 лет

Автор: Бенке Любовь Ивановна – учитель  
ОБЖ и физической культуры  
СОШ с.Полековское Марковского  
района Саратовской области

с. Полековское

2023-2024 учебный год

## Пояснительная записка

### «Подвижные игры»

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 2-4 классов относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС и составлена на основе:

- Федерального Государственного стандарта начального общего образования
  - основной образовательной программы СОШ с.Полековское

Данная программа является модифицированной, составлена на основе плана и программ:

- Программа «Физическая культура», 1-4 классы, авторы Петрова Т.А., Копылов Ю.В., Петров С.С. «Начальная школа XXI века» М.: Издательский центр «Вентана-Граф», 2019 год .

**Актуальность программы:** содержание курса отвечает генеральным целям физкультурного образования — ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

- программа разработана непосредственно для учащихся 4 класса;
- основу программы составляют ритмические упражнения и подвижные игры, представленные согласно их классификации;
- реализация программы способствует созданию зоны комфорта и повышению эмоционального фона;
- программа дает возможность работы с учащимися, имеющими разный уровень физической подготовленности;
- проведение занятий по данной программе позволяет подбирать нагрузку и чередовать ее в оздоровительных целях;
- содержит блок теоретических знаний;
- программа предполагает приобретение учащимися опыта индивидуальной и коллективной работы;
- занятия проводятся под музыку, которая используется как фон для снятия монотонности; как лидер, задающий ритм и темп выполняемых движений; как фактор обучения, так как движения легче запоминаются

**Цель программы:** содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащихся.

**Задачи программы** направлены на:

- формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

**Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности**

к концу учебного года учащиеся должны

**понимать:**

- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

**знать:**

- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- терминологию, связанную с проведением игр, ритмических занятий;

**уметь:**

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

Личностными результатами являются следующие умения:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли

(лидера исполнителя)

**Результаты внеурочной деятельности** являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ФГОС. Занятия подвижными играми происходит в процессе изучения и последующего совершенствования специальных знаний, умений и навыков. Поэтому обучение и тренировка составляют две стороны педагогического процесса. Основная задача обучения - овладение двигательными навыками и специальными знаниями. Занимающиеся изучают правила игры, ее технику и тактику, развивают физические качества. Тем самым закладывается необходимая основа, обеспечивающая достижение спортивного мастерства..

Программа по курсу «Подвижные игры» рассчитана:

Во 2 – 4х классах на 34 часа в год (1 час в неделю).

Преподавание кружка « Подвижные игры» в 2-4 классах осуществляется по следующим учебникам:

Примерная программа по учебному предмету «Физическая культура» А.П.Матвеева.

### Учебный план.

№ п/п	Содержание занятий	Количество		
		Всего	Теория	Практика
1.	Теория	2	2	0
2.	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи	6	0	6
3.	Народные игры	6	0	6
4.	Подвижные игры	14	0	14
5.	Спортивные игры	1	0	1
6.	Спортивные праздники	5	0	5
Итого:		34	0	34

## Содержание учебного плана.

### Теория 2 часа:

ТБ на занятиях. Беседа: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», Правила игр. Строевые упражнения «Беседа о гигиене».

### Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи 6 часов:

Правила игр. Строевые упражнения Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками». Беседа: «Мир движений и здоровье». «Беседа о гигиене» Правила игр. Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны» «Запомни- порядок» Игры на развитие воображения. Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». Ору с использованием скороговорок. Игры на развитие памяти. Игры «Художник» «Все помню» Игры на развитие памяти «Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание. Игры на развитие мышления и речи. Игры «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».

### Народные игры 6 часов:

Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки» Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами» Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив». Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун» Правила игры. Проведение игры Русская народная игра «Удар по веревочке» Правила игры. Проведение игры. Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей» Правила игры. Проведение игры.

### Подвижные игры 16 часов:

Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо...». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и проведение игр Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копка», «Космонавты» Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами. Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила, быстрота, ловкость. Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка». Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой Весёлые старты со скакалкой. Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде» Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву», Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам» Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель». Проведение зимних эстафет. Эстафеты с санками и лыжами. Правила игры. Проведение игры Игры на лыжах «Биатлон». Игры со скакалкой, мячом.

Игры зимой: «Охота на куропаток» Построение. Строевые упражнения перемещение Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов». Правила игры. Проведение игры. Игра «Салки с мячом». Совершенствование координации движений Игра «Прыгай через ров». Совершенствование координации движений Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»..

**Спортивные игры 1 час:**

Футбол Игровые правила. Отработка игровых приёмов.

**Спортивные праздники 5 часов:**

Игры, эстафеты, Весёлые минутки. Спортивный праздник. Эстафеты с предметами Олимпийские игры Эстафеты с предметами и без .Большие гонки Эстафеты с надувными шарами . Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр» Эстафеты с надувными шарами .Игры по выбору детей .

**Календарно – тематическое планирование**

№ п/п	Месяц	число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
<b>Теория 2 часа:</b>								
1	сентябрь			групповая	1	ТБ на занятиях. Беседа: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка».	Сп.зал	Текущий
2				групповая	1	Правила игр. Строевые упражнения «Беседа о гигиене» .	Сп.зал	Текущий
<b>Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи 6 часов:</b>								
3				групповая	1	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками». Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны» «Запомни-порядок»	Сп.зал	Текущий
4				групповая	1	«Беседа о гигиене» Правила игр. Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны» «Запомни-порядок»	Сп.зал	Текущий
5	октябрь			групповая	1	Игры на развитие памяти. Игры «Художник» « Все помню»	Сп.зал	Текущий
6				групповая	1	Игры на развитие воображения.Игры: «Море волнуется», «Запрещенное	Сп.зал	Текущий

						движение». ОРУ с использованием скороговорок.		
7				групповая	1	Игры на развитие памяти «Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.	Сп.зал	Текущий
8				групповая	1	Игры на развитие мышления и речи. Игры «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».	Сп.зал	Текущий
9				групповая	1	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки» Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	Сп.зал	Текущий
10	ноябрь			групповая	1	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами» Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	Сп.зал	Текущий
11				групповая	1	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун» Правила игры. Проведение игры.	Сп.зал	Текущий
12				групповая	1	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив». Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	Сп.зал	Текущий
13	декабрь			групповая	1	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей» Правила игры. Проведение игры.	Сп.зал	Текущий



14				групповая	1	Русская народная игра « Удар по веревочке»Правила игры. Проведение игры.	Сп.зал	Текущий
15				групповая	1	Знакомство с правилами и проведение игр Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»	Сп.зал	Текущий
16				групповая	1	Эстафеты с обручами Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	Сп.зал	Текущий
17	январь			групповая	1.	Эстафеты с баскетбольным мячом Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила , быстрота, ловкость.	Сп.зал	Текущий
18				групповая	1	Комплекс ОРУ с мячом.строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	Сп.зал	Текущий
19				групповая	1	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой Весёлые старты со скакалкой..	Сп.зал	Текущий
20	февраль			групповая	1	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Сп.зал	Текущий
21				групповая	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	Сп.зал	Текущий
22				групповая	1	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»	Сп.зал	Текущий

23				групповая	1	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	Сп.зал	Текущий
24	март			групповая	1	Проведение зимних эстафет. Эстафеты с санками и лыжами	Сп.зал	Текущий
25				групповая	1	Правила игры. Проведение игры Игры на лыжах «Биатлон».	Сп.зал	Текущий
26				групповая	1	Игры со скакалкой, мячом. Игры зимой: «Охота на куропаток»	Сп.зал	Текущий
27				групповая	1	Построение. Строевые упражнения перемещение Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов».	Сп.зал	Текущий
28	апрель			групповая	1	Правила игры. Проведение игры. Игра «Салки с мячом».	Сп.зал	Текущий
29				групповая	1	Совершенствование координации движений Игра «Прыгай через ров».	Сп.зал	Текущий
30				групповая	1	Совершенствование координации движений Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»..	Сп.зал	Текущий
31				групповая	1	Футбол Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра	Сп.зал	Текущий
32				групповая	1	Игры, эстафеты, Весёлые минутки. Спортивный праздник.	Сп.зал	Текущий

33	май			групповая	1	Эстафеты с предметами Олимпийские игры	Сп.зал	Текущий
34				групповая	1	Эстафеты с предметами и без - Большие гонки	Сп.зал	Текущий

## **Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

### **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**

- 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 эталонами образца;
- 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,
- 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;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## **ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ПОДВИЖНЫМИ ИГРАМИ**

Игрок должен:

иметь спортивную форму;

соблюдать правила игры и не нарушать их;

начинать игру можно по сигналу физ. инструктора;

водящие должны слегка касаться рукой убегающих, не хватать и не толкать их в спину, не ставить подножек;

пойманные – осаленные игроки, которые обязаны выйти из игры согласно правил, должны осторожно, не мешая другим, покинуть игровую площадку и сесть на скамейку;

Требования безопасности во время игр

Игры с догонялками

Убегающие должны:

смотреть в направлении своего движения;

исключать резкие стопорящие остановки;

во избежание столкновения с другими играющими замедлить скорость своего бега и остановиться.

убегая от водящего, нельзя толкать в спину впереди бегущих, забегать на скамейки.

Игры с перебежками

пропустите вперед бегущих быстрее вас;

не изменяйте резко направление своего движения;

не выбегайте за пределы игровой площадки;

заблаговременно замедляйте бег при пересечении линии «дома»;

не останавливайтесь себя, упираясь руками или ногой в стену.

Игры с мячом

не бросайте мяч в голову играющих;

соизмеряйте силу броска мячом в игроков в зависимости от расстояния до них;

следите за перемещением игроков и мяча на площадке;

не мешайте овладеть мячом игроку, который находится ближе к нему;

не вырывайте мяч у игрока, первым овладевшим им;

не падайте и не ложитесь на полы, когда хотите увернуться от мяча;

ловите мяч захватом двумя руками снизу.

### Эстафеты

Не начинайте эстафету без сигнала физ. инструктора;  
выполняйте эстафету по своей дорожке;

если ваш инвентарь оказался на полосе другой команды, осторожно заберите его,  
вернитесь на свою дорожку и продолжайте выполнять задание;

не выбегайте преждевременно из строя, пока ваш игрок не закончил выполнять задание и  
не передал вам эстафету касанием руки;

после передачи эстафеты воспитанник должен встать в конец своей команды;

во время эстафеты не выходите из своего строя, не садитесь и не ложитесь на пол.

### Сведения об обучающихся 3-4 классов

№ п/П	Ф.И.О. детей	Дата рождения	Домашний адрес	Ф.И.О. родителей, телефон
1	Александров Сергей Сергеевич	07.08.2014	С.Полековское, ул. Центральная д. 38/1	Александров Сергей Владимирович Гончарова Марина Фёдоровна 89172192748
2	Галустов Максим валерьевич	24.06.2014	С.Полековское, ул.Зелёная д.52/1	Галустова Ольга Сергеевна, Галустов Валерий
3	Киреенко Радион Антонович	21.12.2014	С.Полековское, ул.Центральная, д.18	Киреенко Светлана Викторовна 89869916224
4	Попель Максим Андреевич	28.05.2014	С.Полековское, ул.Зелёная, д 55/1	Попель Андрей Николаевич Елесина Ирина Сергеевна 89271035869
5	Сухарнов Денис Алексеевич	23.04.2014	С.Полековское, ул.Мира д.122	Сухарнов Алексей Александрович Сухарнова Нина Михайловна 89372640915
6	Швецов Артём Сергеевич	13.02.2013	С .Полековское, ул. Школьная д.77, кВ.1	Опекун- Боярищева Светлана Владимировна 89198274918
<b>4 класс</b>				
1	Гусева Варвара Сергеевна	12.12.2013	С.Полековское, ул.Мира, д.92, кВ.2	Гусев Сергей Геннадьевич Гусева Оксана Игоревна 89873797014
2	Каравасов Андрей Александрович	11.02.2014	С.Полековское, ул.Центральная, д.13/1	Каравасов Александр Алексеевич Каравасова Евгения Сергеевна 89372436215
3	Кузнецова Полина Андреевна	02.10.2013	С.Полековское, переулок Светлый д.82/1	Рейдер Андрей Алексеевич Кузнецова Марина Александровна 89878216036
<b>2 класс</b>				

	Ф.И. ученика	Ф.И.О. родителей	Телефон
1	Баженова Ксения Эдуардовна	Баженов Эдуард Александрович Баженова Наталья Валерьевна	987-354-27-50
2	Балакин Олег Алексеевич	Балакин Алексей Алексеевич Балакина Наталья Ивановна	937-240-23-52



3	Воронков Иван Алексеевич	Воронков Алексей Юрьевич Прояво Наталья Александровна	927-100-39-46
4	Галустова Валерия Валерьевна	Галустов Валерий Галустова Ольга	8(908)559-70-71
5	Лакеева Ольга Олеговна	Лакеев Олег Петрович Лакеева Елена Владимировна	987-835-67-05
6	Торгашова Виктория Денисовна	Торгашов Денис Владимирович Торгашова Юлия Михайловна	937-636-83-61
7	Якубалиева Диана Дамировна	Якубалиева Лада Адилевна	987-378-91-43