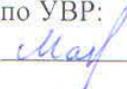


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Новоаксубаевская начальная общеобразовательная школа»
Аксубаевского муниципального района Республики Татарстан

<p style="text-align: center;">«Согласовано»</p> <p>Заместитель директора по УВР:  / Макарова В.Н./ « 28 » августа 2021 г.</p>	<p style="text-align: center;">«Утверждено»</p> <p>Директор МБОУ «Новоаксубаевская НОШ» Курьянова Т.Н./ Приказ № 59 от от 28 августа 2021 г.</p> 
--	--

Рабочая программа
внеурочной деятельности
по спортивно-оздоровительному направлению
«Подвижные игры»

Принята решением
педагогического совета
МБОУ «Новоаксубаевская
НОШ»
протокол № 1
от « 28 » августа 2021 г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности для учащихся 1-4 классов разработана на основании:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012г. № 273-ФЗ.
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. № 373 (с изменениями и дополнениями от: 26 ноября 2010 г., 22 сентября 2011 г., 18 декабря 2012 г., 29 декабря 2014 г., 18 мая, 31 декабря 2015 г.).
3. Основной образовательной программы начального общего образования Филиала «Кисинская НШ».
4. Рабочей программы воспитания.
5. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов МБОУ «Новоаксубаевская НОШ».
6. Учебного плана Филиала «Кисинская НШ» на 2021-2022 учебный год.

Срок реализации программы 4 года.

Цели и задачи реализации программы:

Цель:

– содействие всестороннему и гармоничному развитию личности: крепкое здоровье, соответствующий уровень развития двигательных способностей и физического развития, необходимые знания и навыки в области физической культуры, мотивы и умения осуществлять физкультурно – оздоровительную и спортивную деятельность.

-формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи:

- способствовать возрождению традиций русской народной культуры через осознание роли народных игр в жизни людей;

-содействовать укреплению здоровья, разносторонней физической подготовленности, закаливанию растущего организма и профилактике заболеваний;

-прививать интерес и потребность к повседневным занятиям подвижными играми, физическими упражнениями, спортом.

Объём часов, отпущенных на занятия –135 часов

2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

- использовать практические знания для сохранения и укрепления физического эмоционального и духовного здоровья;

- самостоятельно организовывать и проводить русские народные игры и развлечения вне школы.

Метапредметные результаты

- узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями, о факторах, влияющих на состояние здоровья;

- начнут осознанно использовать знания, при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр;

- приобретут основы знаний по культурно-историческому наследию русского народа.

- передавать знания о здоровье другим детям в виде совета или практической помощи;

- спланировать коллектив младших школьников;
 - согласовывать свои действия с другими детьми;
 - создавать благоприятный психологический климат.
- регулятивными универсальными учебными действиями:

- применять установленные правила в играх;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- вносить необходимые дополнения и изменения при проведении русских народных игр.

Предметные результаты

- использовать практические знания для сохранения и укрепления физического эмоционального и духовного здоровья;
- самостоятельно организовывать и проводить русские народные игры и развлечения вне школы.

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры;
- изложение фактов истории физической культуры;
- измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела);
- бережное обращение с оборудованием и инвентарем.

Обучающийся научится:

- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- применять на практике приобретённые знания о правилах ведения здорового образа жизни;

- играть в подвижные игры, соблюдая правила;
- применять полученные навыки в самостоятельных и групповых занятиях.
- понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;
- начнут осознанно использовать знания, полученные во время подвижных игр;

Обучающийся получит возможность научиться:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;
- разработать (придумать) свои подвижные игры
- сознательно применять физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- углубить знания об истории, культуре народных игр;
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

1 класс

№	Раздел программы, темы занятий	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Дата проведения	
			план	факт
Из истории игры (3 часа)				
1	Как выбирают водящего	Изучить строевые упражнения, перестроение. Беседа по теме занятия. Подвижные игры по выбору.		

2	Считалки старинные	Изучить комплекс ОРУ с мячом. Строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два. Беседа по теме. Подвижные игры по выбору.		
3	Считалки современные	Изучить комплекс утренней гигиенической гимнастики. Беседа по теме. Подвижные игры по выбору.		
Подвижные игры(12часов)				
4	Дорожки	Разучить разминку направленную на развитие гибкости. Подвижная игра «Дорожки»		
5	Змейка	Изучить разминку у гимнастической стенки. Подвижная игра «Змейка»		
6	Пустое место	Изучить разминку с малыми мячами. Подвижная игра «Пустое место»		
7	Пятнашки с домом	Повторить разминку у гимнастической стенки. Подвижная игра «Пятнашки с домом»		
8	Мячик кверху	Изучить беговую разминку. Подвижная игра «Мячик кверху»		
9	Перебрасывание мяча	Повторить беговую разминку. Подвижная игра «Перебрасывание мяча»		
10	Летучий мяч	Изучить разминку на матах. Подвижная игра «Летучий мяч»		
11	Зевака	Изучить разминку с закрытыми глазами. Подвижная игра «Зевака»		
12	Попрыгунчики	Повторить разминку на матах. Подвижная игра «Попрыгунчики»		
13	Воробушки и кот	Повторить разминку с закрытыми глазами. Подвижная игра «Воробушки и кот»		
14	Болото	Изучить разминку с обручами. Прохождение полосы препятствий. Подвижная игра «Болото»		
15	Салка на одной ноге	Повторить разминку с обручами. Кроссовый бег. Подвижная игра «Салка на одной ноге»		
Спортивные игры (3часа)				
16	Городки	Изучить разминку с мячами. Изучить правила игры «Городки». Спортивная игра «Городки»		
17	Бадминтон	Повторить разминку на развитие координации. Изучить правила игры «Бадминтон»		
18	Футбол	Повторить разминку с мячами. Изучить правила игры «Футбол».		

		Спортивная игра «Футбол»		
Игры-соревнования (эстафеты) (8 часов)				
19	«Кто быстрее перенесет кегли». «Ходьба и бег с препятствиями». «Петушиный бой».	Изучить разминку на развитие координации. Игры-соревнования «Кто быстрее перенесет кегли». «Ходьба и бег с препятствиями». «Петушиный бой».		
20	«Кто скорее докатит обруч до флажка». «Не намочи ног». «Пройди не урони».	Изучить разминку со стихотворным сопровождением. Игры-соревнования «Кто скорее докатит обруч до флажка». «Не намочи ног». «Пройди не урони».		
21	«Кто дольше?» «Покрути обруч». «Кто быстрее соберет кубики».	Изучить разминку с гимнастическими палками. Игры-соревнования «Кто дольше?» «Покрути обруч». «Кто быстрее соберет кубики».		
22	«Кто быстрее?» «Кто первым доставит флажок?» «Кто самый ловкий?»	Повторить разминку с гимнастическими палками. Игры соревнования «Кто быстрее?» «Кто первым доставит флажок?» «Кто самый ловкий?»		
23	«Пройди по палке, сохраняя равновесие». «Лови быстрее, чтобы не упала». «Скачки на палочке».	Изучить разминку на гимнастической скамейке. Прыжки в скакалку. Игры-соревнования «Пройди по палке, сохраняя равновесие». «Лови быстрее, чтобы не упала». «Скачки на палочке».		
24	«Эстафета со скачками». «Эстафета с обручами». «Чья команда сильнее?»	Повторить разминку на гимнастической скамейке. Игры соревнования «Эстафета со скачками». «Эстафета с обручами». «Чья команда сильнее?»		
25	«Сбей кеглю». «Кольцеброс». «Передай мяч».	Изучить разминку со скакалками. Игры-соревнования «Сбей кеглю». «Кольцеброс». «Передай мяч».		
26	«Лови и бросай – упасть не давай». «Закати мяч в ворота». «Передай мяч».	Повторить разминку со скакалками. Игры-соревнования «Лови и бросай – упасть не давай». «Закати мяч в ворота». «Передай мяч».		
Игры малой подвижности (7 часов)				
27	Краски	Изучить разминку с мешочками. Игра малой подвижности «Краски»		
28	Фанты	Повторить разминку с мешочками.		

		Игра малой подвижности «Фанты»		
29	Колечко	Изучить разминку в парах. Игра малой подвижности «Колечко»		
30	Веревочка	Повторить разминку в парах. Игра малой подвижности «Веревочка»		
31	Телефон	Повторить беговую разминку. Игра малой подвижности «Телефон»		
32	Летит - не летит	Повторить разминку на развитие гибкости. Игра малой подвижности «Летит- не летит»		
33	Море волнуется	Повторить разминку с мячами. Игра малой подвижности «Море волнуется»		

2 класс

№ п/п	Раздел программы, темы занятий	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Дата проведения	
			план	фактич
1	Игры с бегом Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом.	Техника бега с ускорением, техника равномерного бега		
2	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками.	Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»		
3	Комплекс ОРУ в движении.	Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».		
4	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» «Колесо»	Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра		
5	Комплекс ОРУ на месте.	Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».		
6	Игры с прыжками Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.	Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой		
7	Комплекс упражнений с длинной скакалкой.	Игра «Удочка». Игра «Кто выше»		
8	Комплекс ОРУ с мячами.	Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом»		

9	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой.	Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»		
10	Правила безопасного поведения при с играх мячом.	Игры с мячом		
11	Игры с мячом Совершенствование координации движений.	Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».		
12	Развитие глазомера и чувства расстояния.	Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»		
13	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса.	Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».		
14	Броски и ловля мяча.	Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».		
15	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.	1 Повторить разминку на развитие гибкости. Игра малой подвижности «Летит- не летит»		
16	Игры малой подвижности Комплекс специальных упражнений «Ровная спина».	Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».		
17	Комплекс упражнений с мешочками.	Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».		
18	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия.	Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».		
19	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.	Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»		
20	Зимние забавы Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.	Инструктаж по технике безопасности.		
21	Игра «Лепим снежную бабу».	Игра «Лепим сказочных героев».		

22	Игра «Саньные поезда».	Игра «Саньные поезда».		
23	Игра «На одной лыже».	Игра «Езда на перекладных»		
24	Эстафеты Правила безопасного поведения при проведении эстафет	Способы деления на команды. Считалки		
25	Веселые старты	Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».		
26	Эстафеты «Рак пятится назад».	Игра, «Скорый поезд»		
27	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	эстафеты		
28	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	эстафеты		
29	Народные игры История изучения и организации игр.	Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.		
30	Разучивание народных игр.	Игра «Бегунок»		
31	Разучивание народных игр.	Игра «Верёвочка»		
32	Разучивание народных игр.	Игра «Котел»		
33	Разучивание народных игр.	Игра "Дедушка - сапожник".		
34	Море волнуется	Повторить разминку с мячами. Игра малой подвижности «Море волнуется»		

3 класс

№ П/П	Раздел программы, темы занятий	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Дата проведения	
			план	факт
1	Игры с бегом Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных.	Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.		

2	Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног.	Игра «Змейка». Игра «Челнок».		
3	Комплекс ОРУ на месте.	Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»		
4	Комплекс ОУР в движении.	Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»		
5	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении.	Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»		
6	Игры с мячом Правила техники безопасности при игре с мячом.	Разучивание считалок.		
7	Комплекс ОРУ с маленькими мячами.	Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»		
8	Комплекс ОРУ с большими мячами.	Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».		
9	Комплекс ОРУ с набивными мячами.	Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».		
10	Комплекс ОРУ с мячами.	Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»		
11	Игры с прыжками Правила техники безопасности при игре с прыжками.	Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.		
12	Комплекс ОРУ.	Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».		
13	Комплекс ОРУ.	1 Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».		
14	Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».	Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».		
15	Комплекс ОРУ.	Игра « Салка на одной ноге». Игра «Кто первый?».		
16	Правила техники безопасности.	Знакомство с играми на внимательность.		
17	Игры малой подвижности	Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра		

	Игры на внимательность..	«Перемена мест»		
18	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.	1 Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»		
19	Комплекс ОРУ.	Игра «Молчанка». Игра «Колечко».		
20	Комплекс ОРУ.	Игра «Краски». Игра «Перемена мест»		
21	Правила техники безопасности.	Знакомство с играми на внимательность.		
22	Зимние забавы Игра «Строим крепость».	Игра «Строим крепость».		
23	Игра «Взятие снежного городка».	Игра «Меткой стрелок».		
24	Игра «Лепим снеговика».	Игра «Лепим снеговика».		
25	Значение слова эстафета.	Разбивание разными способами команд на группы.		
26	Эстафеты Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «	Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».		
27	Эстафета «Вызов номеров»,	«Дорожки», «Шарик в ложке».		
28	Эстафета «Челночный бег»,	«По цепочке».		
29	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя»,	«Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».		
30	Материальная и духовная игровая культура.	Организация и проведение игр на праздниках.		
31	Народные игры Разучивание народных игр.»	Игра «Гуси - лебеди		
32	Разучивание народных игр.	Игра " Горелки ".		
33	Разучивание народных игр.	Игра «Мотальщицы»		
34	Разучивание народных игр.	Игра " Мишени ".		

4 класс

№ П/П	Раздел программы, темы занятий	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Дата проведения	
			план	факт
1.	Игры с бегом Правила ТБ при проведении подвижных игр.	Способы деления на команды. Повторение считалок.		
2	Комплекс ОРУ в движении.».	Игра «Бег командами». Игра «Мешочек		
3	Комплекс ОРУ с предметами.	Игра «Городок». Игра «Русская лапта		
4	Комплекс ОРУ на месте.	Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».		
5	Комплекс ОРУ с предметами .	Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и жуки».		
6	Игры с мячом Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр.	Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.		
7	Комплекс ОРУ с маленькими мячами.	Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».		
8	Комплекс ОРУ с большими мячами.	Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».		
9	Комплекс ОРУ с набивными мячами.	Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».		
10	Комплекс ОРУ с мячами.	Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».		
11	Игра с прыжками Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.	Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.		
12	Комплекс ОРУ.	Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».		
13	Комплекс ОРУ.	Игра «Шишки, жёлуди, орехи» Игра «Белые медведи».		

14	Комплекс ОРУ.	Игра «Карусели». Игра «Тропка».		
15	Комплекс ОРУ.	Игра «Ловушка». Игра «Капканы».		
16	Игра малой подвижности Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.	Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.		
17	Комплекс ОРУ на месте.	Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».		
18	Комплекс ОРУ на месте.	Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».		
19	Комплекс ОРУ на месте.	Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».		
20	Комплекс ОРУ на месте.	Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».		
21	Зимние забавы Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.	Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.		
22	Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место».	Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место».		
23	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	Игра «Кто дальше» (на лыжах).		
24	Игра «Быстрый лыжник».	Игра «Быстрый лыжник».		
25	Эстафеты Правила безопасного поведения при проведении эстафет.	Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.		
26	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча,	«Кто первый?», эстафета парами.		
27	Эстафета с лазанием и перелезанием,	Эстафета с лазанием и перелезанием,		
28	Эстафета линейная с прыжками, с бегом	Эстафета		

	вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».			
29	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	Эстафета		
30	Народные игры Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники.	Классификация народных игр.		
31	Разучивание народных игр.	Игра "Салки".		
32	Разучивание народных игр.	Игра "Малечина - колечина".		
33	Разучивание народных игр.	Игра "Коршун".		
34	Разучивание народных игр.	Игра "Бабки".		