

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

"Образовательный центр № 7 г. Челябинска"

454128, г. Челябинск, ул. 40-летия Победы, д.48

ИНН 7447301674, КПП 744701001

СОГЛАСОВАНО

Заместителем директора по УВР

«__» _____ 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «ОЦ № 7

г. Челябинска»

_____/О.Н. Лежнина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра, и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;

- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Формы оценки достижения планируемых результатов:

- **по итогам** 1-го года обучения – выполнение заданий соревновательного характера;
- **по итогам** 2-го года обучения – выполнение заданий соревновательного характера;
- **по итогам** 3-го года обучения – выполнение заданий соревновательного характера;
- **по итогам** 4-го года обучения – выполнение заданий соревновательного характера.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительное направление развития личности учащихся начального общего образования. Программа разработана на 4 года обучения и рассчитана на реализацию 135 часов за весь период освоения курса. Организационной формой внеурочной деятельности является кружок.

Первый год обучения (33 часа)

Раздел 1 Игры на знакомства (3 часа)

Игры, способствующие развитию памяти, логическому мышлению, пополнению словарного запаса. Могут проводиться в помещении либо на свежем воздухе.

«Давай – ка познакомимся», «Хоровод знакомства», «Воробей» и «Мячик».

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 2 Русские народные игры (9ч.)

Теория. Традиционные народные игры. Классификация народных игр. Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.

«Пятнашки», «Фанты», «Горелки», «Лапта», «Блуждающий мяч»

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.

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 3 Игры различных народов (9ч.)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения игр. Инструктаж по ТБ. Рассказ о национальных играх народов.

Через национальные игры воспитываются у детей чувства товарищества, дружбы, взаимопонимание. Игры мордовского народа - «Котел», «Салки». Белорусского народа - «Михасик». Татарского народа - «Прела-горела». Народов Востока - «Серый волк» «Скок-перескок». Украинского народа - «Скачки», «Собери яблоки». Азербайджанского народа - «Высокий дуб», Колдун». Чувашского народа - «Отдай платочек». Калмыцкого народа - «Хищник в море», «Рыбки». «Альчики».

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 4 Подвижные игры (7ч.)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

В этот раздел вошли игры на свежем воздухе в соответствии с температурным режимом в любое время года. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. В данный раздел вошли следующие игры: «Запомни как можно больше предметов и назови их», «Угадай, чьи следы?», «Кто быстрее слепит снеговика?».

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 5 Игры-эстафеты (5 ч.)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Изучение считалок.

- Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».
- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
- Эстафеты с бегом и прыжками.
- Эстафеты с преодолением препятствий.

Форма организации: спортивные соревнования.

Виды деятельности: игровая деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность.

Второй год обучения (34 часа)

Раздел 1 Русские народные игры (9ч.)

Они учат управлять своими движениями, принимать игровое правило и подчиняться ему, кроме того, **народные игры** вводят ребёнка в воображаемую ситуацию и тем самым **развивают** его воображение.

«Хромой цыплёнок», «Ловись рыбка», «Кто дальше» и т.д.

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 2 Игры разных народов (9ч.)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения игр. Инструктаж по ТБ. Рассказ о национальных играх народов.

Через национальные игры воспитываются у детей чувства товарищества, дружбы, взаимопонимание.

Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень», бурятская народная игра «Ищем палочку», дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок», татарская народная игра «Серый волк».

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 3 Подвижные игры (8ч.)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

В этот раздел вошли игры на свежем воздухе в соответствии с температурным режимом в любое время года. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. В данный раздел вошли следующие игры: «Снежные буквы», «Зайка беленький сидит», «Снежинки и ветер» и т.д.

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 4 Игры – эстафеты (9ч.)

В играх-эстафетах развиваются физические возможности детей: скорость бега, ловкость, сила, выносливость, быстрота реакции, координация движений. Игры-эстафеты относятся к категории командных подвижных игр с заданными правилами. Все дети делятся на две или большее количество команд, и команды соревнуются между собой.

Эстафета «Передача мяча», эстафета «Быстрые и ловкие» и т.д.

Форма организации: спортивные соревнования.

Виды деятельности: игровая деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность.

Третий год обучения (34ч)

Раздел 1 Русские народные игры (9ч.)

Они учат управлять своими движениями, принимать игровое правило и подчиняться ему, кроме того, **народные игры** вводят ребёнка в воображаемую ситуацию и тем самым **развивают** его воображение.

«Салки», «Охотники и утки» и т.д.

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 2 Игры разных народов (9ч.)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения игр. Инструктаж по ТБ. Рассказ о национальных играх народов.

Через национальные игры воспитываются у детей чувства товарищества, дружбы, взаимопонимание.

Марийская народная игра «Катание мяча», якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» мордовские народные игры «Котел» и т.д.

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 3 Подвижные игры (8ч.)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

В этот раздел вошли игры на свежем воздухе в соответствии с температурным режимом в любое время года. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. В данный раздел вошли следующие игры: «Метко в цель», «Карусель», «Кто быстрее?», «Мышеловка» и т.д.

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 4 Игры-эстафеты (8ч.)

В играх-эстафетах развиваются физические возможности детей: скорость бега, ловкость, сила, выносливость, быстрота реакции, координация движений. Игры-эстафеты относятся к категории командных подвижных игр с заданными правилами. Все дети делятся на две или большее количество команд, и команды соревнуются между собой.

Эстафета по кругу, эстафеты с обручем, «Веселые старты» и т.д.

Форма организации: спортивные соревнования.

Виды деятельности: игровая деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность.

Четвертый год обучения (34ч)

Раздел 1 Русские народные игры (9ч.)

Они учат управлять своими движениями, принимать игровое правило и подчиняться ему, кроме того, **народные игры** вводят ребёнка в воображаемую ситуацию и тем самым **развивают** его воображение.

«Русская лапта», «Удар по веревочке», «Ляпка», «Совушка», «Коршун» и т.д.

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 2 Игры Разных народов (9ч.)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения игр. Инструктаж по ТБ. Рассказ о национальных играх народов.

Через национальные игры воспитываются у детей чувства товарищества, дружбы, взаимопонимание.

Хантыйские народные игры «Куропатки и охотник», чувашская игра «Рыбки», тувинские народные игры «Стрельба в мишень» и т.д.

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 3 Подвижные игры (8ч.)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

В этот раздел вошли игры на свежем воздухе в соответствии с температурным режимом в любое время года. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. В данный раздел вошли следующие игры: «Встань правильно», «Стая», «Птица без гнезда», «Хитрая лиса», «К своим флажкам» и т.д.

Форма организации: спортивные соревнования.

Раздел 4 Игры-эстафеты (8ч.)

В играх-эстафетах развиваются физические возможности детей: скорость бега, ловкость, сила, выносливость, быстрота реакции, координация движений. Игры-эстафеты относятся к категории командных подвижных игр с заданными правилами. Все дети делятся на две или большее количество команд, и команды соревнуются между собой

Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами. Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».

Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).

Форма организации: спортивные соревнования.

Виды деятельности: игровая деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность.

3. Тематическое планирование.

1 класс (33 часа)

№	Тема	Количество часов
Раздел 1 Игры на знакомство (3 часа)		
1	«Давай-ка познакомимся»	1
2	«Хоровод знакомств»	1
3	«Воробей», «Мячик»	1
Раздел 2 Русские народные игры (9 часов)		
4	Традиционные народные игры. Правила безопасного поведения.	1
5	Что такое народная игра.	1
6	История народной подвижной игры.	1
7	«Пятнашки»	1
8	«Фанты»	1
9	«Горелки»	1
10	«Лапта»	1
11	«Блуждающий мяч»	1
12	«Жмурки», «Гуси»	1
Раздел 3 Игры различных народов (9 часов)		
13	Рассказ о национальных играх народа.	1
14	« Серый волк » «Скок-перескок» , народов Востока.	1
15	« Скачки », «Собери яблоки» , украинского народа.	1
16	Азербайджанского народа - «Высокий дуб», Колдун».	1
17	Татарского народа - «Прела-горела».	1
18	Игры мордовского народа - «Котел», «Салки»	1
19	Чувашского народа - «Отдай платочек» .	1

20	Калмыцкого народа - « <u>Хищник в море</u> », « <u>Рыбки</u> », « <u>Альчики</u> ».	1
21	Белорусского народа - « <u>Михасик</u> ».	1
Раздел 4 Подвижные игры (7 часов)		
22	Правила безопасного поведения при проведении подвижных игр.	1
23	«Бездомный заяц»	1
24	«Вышибалы»	1
25	«Аисты»	1
26	«Где мы были, мы не скажем»	1
27	«Мышки в кладовой»	1
28	«Светофор»	1
Раздел 5 Игры – эстафеты (5 часов)		
29	Правила безопасного поведения при проведении эстафет.	1
30	Эстафеты с мячами	1
31	Эстафеты с бегом и прыжками	1
32	Эстафеты с преодолением препятствий	1
33	Эстафеты с обручем	1

2 класс (часов)

№	Тема	Количество часов
Раздел 1 Русские народные игры (9 часов)		
1	Правила поведения на играх.	1
2	«Хромой цыпленок»	1
3	«Ловись рыбка»	1
4	«Кто дальше»	1
5	«Верёвочка под ногой»	1
6	«Отгадай чей голосок?»	1
7	«Бабки»	1
8	«Жмурки»	1
9	«Гуси – лебеди»	1
Раздел 2 Игры разных народов (9 часов)		
10	Башкирские народные игры.	1
11	«Медный пень», «Юрта».	1
12	Бурятские народные игры.	1
13	«Ищем палочку»,	1
14	Дагестанские народные игры.	1
15	«Подними платок»,	1
16	Татарские народные игры	1
17	«Серый волк».	1
18	«Бег в мешках»	1
Раздел 3 Подвижные игры (8 часов)		
19	«Снежный тигр»	1
20	«Снежные буквы»	1
21	«Брось дальше»	1

22	«Зайка беленький сидит»	1
23	«Хитрая лиса»	1
24	«Ловишки с приседаниями»	1
25	«Тише едешь, дальше будешь»	1
26	«Казачьи разбойники»	1
Раздел 4 Игры – эстафеты (9 часов)		
27	Правила безопасного поведения при проведении эстафет.	1
28	Эстафеты с мячами	1
29	Эстафета «Передача мяча»	1
30	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1
31	Эстафета «Вызов номеров»	1
32	Эстафета с предметами (скакалка, мячи, обручи и т.д.)	1
33	Эстафеты с бегом и прыжками	1
34	Эстафеты с преодолением препятствий	1

3 класс (34 часа)

№	Тема	Количество часов
Раздел 1 Русские народные игры (9 часов)		
1	«Салки»	1
2	««Охотники и утки»	1
3	««Гори, гори, ясно»	1
4	«Жмурки»	1
5	«Птицелов»,	1
6	«Третий лишний».	1

7	«У медведя во бору»	1
8	«Красочки»	1
9	«Горелки»	1
Раздел 2 Игры разных народов (9 часов)		
10	Марийские народные игры	1
11	«Катание мяча», «Кот и мыши»	1
12	Якутские народные игры	1
13	«Сокол и лиса», «Пятнашки»	1
14	Удмуртские народные игры	1
15	«Водяной», «Серый заяк»	1
16	Мордовские народные игры	1
17	«Котел», «Круговой»	1
18	Хантыйская народная игра «Олени и пастухи».	1
Раздел 3 Подвижные игры (8 часов)		
19	«Два Мороза»	1
20	«Метко в цель»,	1
21	«Карусель»,	1
22	«Кто быстрее?».	1
23	«Карлики и великаны»	1
24	«Пустое место»,	1
25	«Лягушата и цыплята	1
26	«Чай-чай выручай»	1
Раздел 4 Игры - эстафеты (8 часов)		
27	Правила безопасного поведения при проведении эстафет.	1
28	Эстафеты по кругу	1
29	Эстафеты с обручем	1

30	Эстафета встречная	1
31	«Веселые старты»	1
32	«Веселые старты»	1
33	Эстафеты с баскетбольным мячом.	1
34	Гонка мячей под ногам	1

4 класс (34 часа)

№	Тема	Количество часов
Раздел 1 Русские народные игры (9 часов)		
1	«Русская лапта»	1
2	«Коршун»	1
3	«Жмурки»	1
4	Укротитель зверей	1
5	«Удар по веревочке»	1
6	«Кот и мыши»	1
7	«Ляпка»	1
8	«Совушка»	1
9	«Большой мяч»	1
Раздел 2 Игры разных народов (9 часов)		
10	Хантыйские народные игры	1
11	«Куропатки и охотник», «Каюр и собаки»	1
12	Чувашская игра «Рыбки»	1

13	Тувинские народные игры	1
14	«Стрельба в мишень», «Борьба»	1
15	Игры народов Коми	1
16	«Невод», «Стой, олень!»	1
17	Удмуртские народные игры	1
18	«Водяной», «Серый заяк»	1
Раздел 3 Подвижные игры (8 часов)		
19	«Встань правильно»	1
20	«Стая»	1
21	«Птица без гнезда»	1
22	«Филин и пташки»	1
23	«Фигуры»	1
24	«Кот идёт»	1
25	«Пчёлы и медвежата»	1
26	«Дети и медведи»	1
27	«Зима – лето»	1
Раздел 4 Игры – эстафеты (8 часов)		
28	Правила безопасного поведения при проведении эстафет.	1
29	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии»	1
30	Эстафета с лазанием и перелезанием	1
31	Эстафета линейная с прыжками	1
32	Эстафета , с бегом вокруг гимнастической скамейки	1
33	Эстафета с предметами (скалки, мячи, обручи).	1
34	Эстафета «Передача мяча»	1

