

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Партизанская школа имени Героя Советского Союза Богданова Александра Петровича»  
Симферопольского района Республики Крым  
ул. Сумская, №11а, с. Партизанское, Симферопольский район, Республики Крым, РФ, 297566,  
телефон: +7(978)7375962, e-mail: school\_simferopolsiy-rayon23@crimeaedu.ru  
ОКПО 00827082, ОГРН 1159102023134, ИНН 9109009671/КПП 910901001

**РАССМОТРЕНО**  
МО учителей начальных классов  
(протокол  
от «25» августа 2023г. №3)

**СОГЛАСОВАНО**  
ЗДУВР МБОУ  
«Партизанская школа  
им. А.П.Богданова»  
Ю.В.Когутова  
«25» августа 2023г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
для 1 - А класса  
на 2023/2024 учебный год  
Уровень образования: начальное общее образование  
Составила: Васильева С.С.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности курса «Подвижные игры» для 1 класса разработана на основе:

- Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012)

Рабочая программа составлена в соответствии с:

- Федеральный государственный образовательный стандарта начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (31.05.2021 №286);

- ФООП НОО, утвержденной приказом Минпросвещения от 18.05.2023 № 372.

- Письмом Минпросвещения России (05.07.2022 № ТВ-1290/03) «О направлении методических рекомендаций»;

- Письмом Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым «Об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных ФГОС» (24.07.2023 № 3980/01-14)

- Основной образовательной программы начального общего образования, срок освоения 4 года (в соответствии с ФГОС НОО), утвержденной приказом от 01.09.2018г. № 284;

- Примерных основных образовательных программ образования, одобренных решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 18.03.2022 протокол №1/22. (Реестр примерных основных общеобразовательных программ. <https://fgosreestr.ru>);

- Основной образовательной программой начального общего образования МБОУ «Партизанская школа им А.П.Богданова»;

- Учебный план МБОУ «Партизанская школа им А.П.Богданова» на 2023/2024 учебный год;

- Положение о разработке и утверждении рабочих программ учебных предметов.

Срок реализации программы – 2023-2024 учебный год.

**Интернет-ресурсы:**

<https://infourok.ru/>

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

**Цель программы** - формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

### Задачи программы

Образовательные:

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

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 личности.

Воспитательные:

- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Программа направлена на:

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).

— реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

— соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

— расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

**Актуальность программы** в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

**Новизна данной программы** заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия русского народа.

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.

**Целесообразность программа** «Подвижные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

**Занятия проводятся** на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

В настоящее время выдвинута важная задача – разработка проблем формирования нового человека. Одним из аспектов этой важной проблемы – воспитание всесторонне и гармонически развитого человека, является раскрытие закономерностей растущего, развивающегося организма ребёнка. Успешное решение этой задачи во многом зависит от правильной постановки физического воспитания, начиная с самого раннего возраста. Совершенствование системы физического воспитания детей школьного возраста в настоящее время должно осуществляться за счет улучшения взаимосвязи ее основных звеньев и, прежде всего, ее ключевой формы – урока физической культуры и внеурочной деятельности. Необходимо усилить акцент на воспитание положительных мотивов, интересов, привычки и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, больше внимания уделять обучению школьников умениям самостоятельно заниматься, воспитанию убеждения в значимости занятий физкультурой. Содержание занятий строить так, чтобы удовлетворять наиболее актуальные потребности обучающихся в активной деятельности, познании, общении, утверждении собственной личности.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Логика изложения и содержание рабочей программы полностью соответствуют требованиям Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Уровень изучения учебного материала базисный. Программа разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников

Характеристика особенностей (т.е. отличительные черты) программы: в соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет

«Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

**Универсальными** компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными** результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- 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.

**Метапредметными** результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- 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 учетом требований ее 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 эталонными образцами;
- 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.

**Предметными** результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- 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, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Отличительной чертой данной программы** является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» предназначена для обучающихся 1 класса (6 – 7 лет). Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

Данная работа ведется на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде:

- подвижных игр,
- народных оздоровительных игр,
- прогулок,
- спортивно-оздоровительных часов,
- физкультурных праздников,
- спортивных соревнований.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 33 ч. в год.

## Тематическое планирование

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов и тем программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Электронные образовательные ресурсы</b>
1	Здоровый образ жизни	3	<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2	Современные подвижные игры	30	<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого		33	



## Поурочное планирование

№	Тема урока	Количество часов	Дата изучения		Виды, формы контроля	Электронные образовательные ресурсы
			План	Факт		
1	Здоровый образ жизни. Беседа о здоровом образе жизни. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Подвижная игра «У ребят порядок строгий»	1	06.09			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2	Профилактика травматизма Инструкция по ТБ. Правила поведения в команде. Подвижная игра «К своим флажкам!»	1	13.09			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
3	Здоровье в порядке - спасибо зарядке! Комплекс упражнений утренней гимнастики с рифмованными строчками. Подвижная игра «На зарядку становись!».	1	20.09			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4	Личная гигиена. Что такое гигиена. Правила личной гигиены. <b>Игры с бегом</b> Упражнения с предметами. Подвижные игры «Отгадай, чей голосок?», «Гуси – лебеди», «Цепи кованы» Подвижная игра «Мойдодыр»	1	27.09			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
5	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.	1	04.10			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

	Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. Практические занятия: Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Подвижная игра «Поймай рыбку»					
6	Комплекс ОРУ в движении. Подвижные игры ««Фигуры», «Волки, зайцы, лисы».	1	11.10			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
7	Комплекс ОРУ с предметами. Подвижные игры «Третий лишний», «Шишки, жёлуди, орехи».	1	18.10			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
8	<b>Игры с мячом.</b> История возникновения игр с мячом. Профилактика травматизма при работе с мячом. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом. Подвижные игры «Мяч по кругу», «Метание в цель».	1	25.10			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
9	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Подвижные игры: «Кто меткий?» «Охотники и утки».	1	08.11			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
10	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Подвижные игры «Передача мяча в колоннах», «Гонка мячей».	1	15.11			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
11	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча Подвижные игра «Мяч по полу»,	1	22.11			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

12	Броски и ловля мяча. Подвижные игры «Подвижная цель», «Мяч соседу».	1	29.11			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
13	<b>Игра с прыжками</b> Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. Комплекс ОРУ «Скакалочка». Подвижные игры «Прыгающие воробышки», «Поймай рыбку».	1	06.12			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
14	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Подвижные игры «Удочка», «Плетень».	1	13.12			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
15	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Подвижные игры «Зеркало», «Кто больше».	1	20.12			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
16	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Подвижные игры «Выше ноги от земли», «Нас не слышно и не видно».	1	27.12			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
17	Подвижные игры «Кто больше», «Лягушата и цапля».	1	10.01			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
18	<b>Зимние забавы</b> Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. Подвижная игра «Скатывание шаров».	1	17.01			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
19	Подвижные игры «Ворота», «Успевай, не зевай»	1	24.01			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
20	Подвижные игры «Мишень», «Два Мороза»,	1	31.01			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

21	Подвижные игры «Гонка с шайбами», «Перестрелка», «Клуб ледяных инженеров»	1	07.02			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
22	Подвижные игры «Белый медведь», «Хитрая лиса», «Зимние салки»	1	14.03			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
23	<b>Игры малой подвижности.</b> Профилактика травматизма Инструкция по ТБ. Правила поведения в команде. Подвижные игры «Веревочка», «День и ночь», «Кто подходил?»	1	28.02			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
24	Подвижные игры «Бег с шариком», «Красный, зелёный», «Альпинисты»	1	06.03			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
25	Подвижные игры «Нас не слышно и не видно», «Наседка и курица», «Зайцы и лиса»	1	13.03			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
26	Комплекс упражнений с мешочками. Подвижные игры «Разведчики», «Поезд».	1	27.03			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
27	Беседа «Нарушение осанки» Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка Подвижные игры «Команда быстроногих», «След в след»	1	03.04			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
28	<b>Эстафеты</b> Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика травматизма. Беговая эстафеты. Подвижная игра «След в след»	1	17.04			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
29	Упражнения для укрепления осанки. Подвижная игра «Третий лишний» Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1	24.04			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

30	Подвижная игра «Чужая палочка» Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.	1	08.05			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
31	Беговая эстафеты. Подвижные игры «Мишень», «С кочки на кочку», «Без пары», «Караси и щука»	1	15.05			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
32	Беговая эстафеты. Подвижные игры «Третий лишний», «Ворона и воробьи», «Краски», «Пустое место»	1	22.05			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
33	Беговая эстафеты. Подвижные игры «Белки, шишки и орехи», «Бросай – беги», «Вызов номеров»	1				<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>



Прозито и пронумеровано  
*14 (чети наредна) листа*  
Директор  
*[Signature]* А.В.Терещенко  
М.П.

