

РАССМОТРЕНО

ШМО учителей
начальных классов

Комаревских О.В.

Протокол № 3
от «22» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

Зарубина Т.И.

Протокол № 3
от «22» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ СОШ №5

г.Ишима

Прокопенко С.Ф.

Приказ № 143-0.4
от «25» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Подвижные игры»

Направление «Спортивно-оздоровительная деятельность» для 1-ых классов

на 2025 - 2026 учебный год

Зарубиной Татьяны Ивановны

Сафоновой Ольги Николаевны

Подгорбунских Натальи Александровны

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу «Подвижные игры» разработана на основании следующих документов:

- Приказа Минобрнауки России от 06.10.2009 N 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»
- Учебного плана МАОУ СОШ №5 г. Ишима на 2025-2026 учебный год.
- Положения о Рабочей программе учебных курсов, предметов, дисциплин и курсов внеурочной деятельности Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 5 г. Ишима»
- Примерной программы кружка «Подвижные игры народов мира» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования, на основе комплексной программы физического воспитания (авторы - Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В.).

Подвижные игры являются спортивно – оздоровительным направлением и частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре разных стран, создаётся эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем школьникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым, настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

Цель программы: формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны и культуре других стран; содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников; создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности к Родине.

Задачи программы:

1. Расширять кругозор учащихся, формировать представления об окружающем мире.
2. Содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; развитию психических процессов и свойств личности,
3. Укреплять здоровье обучающихся через игровую деятельность.

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках спортивно-оздоровительного направления (динамические паузы, перемены, соревнования, спартакиады). Программа рассчитана на детей младшего школьного возраста. В 1 классе программа рассчитана на 25 часов -1 час в неделю (со 2 четверти).

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- 7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- 9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- 10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- 11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- 12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- 13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- 14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- 15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- 16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

Предметными результатами освоения, учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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, осуществлять их объективное судейство;
- 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;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В основу изучения кружка положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами.

Воспитательные результаты внеурочной деятельности оцениваются по трём уровням.

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной

просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых невозможно существование гражданина и гражданского общества.

Динамика развития учащихся фиксируется учителем совместно со школьным психологом (внутренняя система оценки) на основе диагностик по Асмолову А.Г. (уровни описания оценки познавательного интереса, сформированности целеполагания, развития контроля, оценки).

В 1 классе возможно достижение результатов первого уровня и частично второго.

Дети активно участвуют в планируемых делах школы - проведение веселых стартов, легкоатлетического кросса, участие в школьных и городских конкурсах, спортивных соревнованиях.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Подвижные игры» — это еженедельные занятия физическими упражнениями на открытом воздухе, которые проводятся во внеурочное время. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности школьников. Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность.

В основе построения курса лежит формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ, правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь, подвижные игры. Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Содержание курса	Формы работы	Виды деятельности
Народные игры.	Групповая Коллективная Ролевая игра	Игровая Играть в русские народные игры. Исследовательская Рассмотреть мир движений, их роли в сохранении здоровья и правильной осанки. Распределение ролей в игровой деятельности Выполнять общеразвивающие упражнения, эстафеты с бегом, самостоятельно играть в разученные игры. Изготовление подручного спортивного инвентаря для проведения народных игр
Игры на развитие психических процессов.	Групповая Ролевая игра Коллективная	
Зимние виды игр.	Индивидуальная Коллективная Часы здоровья Индивидуальная	
Спортивные эстафеты.	Групповая Соревнование	
Спортивные и подвижные игры.	Групповая Соревнование Коллективная	

**Тематическое планирование 1
час в неделю – 25 часов**

№ п/п	Тема занятий	Количество часов	Дата
2 четверть (8 часов)			
Народные игры			
1	Инструктаж по ТБ во время игр. Игровые правила. Русская народная игра «У медведя во бору».	1	
	Игровые правила. Русская народная игра «Филин и пташка».		
2	Игровые правила. Русская народная игра «Горелки».	1	
	Игровые правила. Русская народная игра «Кот и мышь».		
3	Игровые правила. Русская народная игра «Блуждающий мяч».	1	
Игры на развитие психических процессов			
	Игры на развитие восприятия.		
4	Упражнения и игры на внимание.	1	
	Игры на развитие памяти. ВП. «Здоровье твое богатство»		
5	Инструктаж по ТБ во время игр. Игры на развитие воображения.	1	
Спортивные и подвижные игры			
	Инструктаж по технике безопасности. Мир движений. Подвижные игры.		
6	Красивая осанка. Подвижные игры.	1	
	Учись быстроте и ловкости. Подвижные игры.		
7	Сила нужна каждому. Подвижные игры.	1	
	Ловкий. Гибкий. Подвижные игры.		
8	Весёлая скакалка. Подвижные игры.	1	
	Сила нужна каждому. Подвижные игры. ВП. Беседа «Береги здоровье с молодую».		
	3 четверть (9 часов)		
8	Инструктаж по ТБ во время игр. Развиваем точность движений. Подвижные игры.	1	
10	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется раз».	1	
11	Игра с мячом «Охотники и утки».	1	

12	Весёлые старты с мячом. ВП. Классный час «Правила ЗОЖ».	1	
	Зимние виды игр		
13	Инструктаж по технике безопасности. Горка зовёт. Подвижные игры.	1	
14	Зимнее солнышко. Подвижные игры.	1	
15	Штурм высоты. Подвижные игры.	1	
16	Снежные фигуры. Подвижные игры.	1	
17	Игры на свежем воздухе. ВП. Классный час «Сам себе я помогу и здоровье сберегу».	1	
	4 четверть (8 часов)		
	Спортивные эстафеты		
18	Инструктаж по ТБ во время игр. Развитие скоростных качеств. Подвижные игры.	1	
19	Развитие выносливости. Подвижные игры.	1	
20	Развитие реакции. Подвижные игры.	1	
21	Подвижные игры. ВП. Беседа «Сон-лучшее лекарство».	1	
22	Прыжок за прыжком. Подвижные игры.	1	
23	Мир движений и здоровья. Подвижные игры, эстафеты.	1	
24	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. Веселые старты.	1	
25	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. Веселые старты.	1	