

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Топкинская общеобразовательная школа

*ОБСУЖДЕНО И ПРИНЯТО
на заседании педагогического
совета
от «28» августа 2017 г.
протокол № 8*

*УТВЕРЖДЕНО
приказом директора школы
от «28» августа 2017 г. № 132*

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМУ НАПРАВЛЕНИЮ

«Подвижные игры»

1-4 классы

*Составитель:
Мицкевич Наталья Владимировна,
учитель начальных классов*

С.Топки, 2017

I. Планируемые результаты программы

В результате освоения программы, учащиеся овладеют следующими универсальными действиями:

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.
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр;
- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Коммуникативные результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при проведении игр, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- 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.

Регулятивные универсальные учебные действия

- Умение контролировать процесс и результаты своей деятельности
- Умение адекватно оценивать свою деятельность
- Умение адекватно воспринимать оценку со стороны
- Умение взаимодействовать со взрослыми и сверстниками в совместной деятельности
- Формирование основ оптимистического восприятия мира
- Формирование готовности к преодолению трудностей

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

1 класс

Тема занятия	Кол-во часов	Содержание	Виды деятельности	Формы организации занятий
1. Осенины - русские народные празднества и обряды	8	Инструкция по Т.Б. во время подвижных игр Разучивание считалок и русских народных игр: «У медведя во бору», «Филин и пташки», «Горелки», «Кот и мыши», «Блуждающий мяч», «Зарница», «Зайцы в огороде», «Кто сильнее». Знакомство с правилами игры, отработка игровых приемов, выбор и ограничение игрового пространства.	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра
2. Ролевые и сюжетные игры.	9	Разучивание считалок, закличек и ролевых сюжетных игр: «Красная шапочка», «Пчелки»,	Познавательная Спортивно- оздоровительная	Игра

		«Дети и медведи», «День и ночь», «Совушка», «Теремок». «Жмурки», «Нитка, иголка, узелок».	Игровая	
3. Именинные дни.	3	Разучивание считалок, знакомство с правилами игр: «Кот проснулся», «Пятнашки», «Гуси-лебеди».	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра
4. Обряд вязания узлов, на счастье.	6	Разучивание считалок, знакомство с правилами обрядовых игр: «Зайцы, сторож и жучка», «Ловишки», «Салочки-колдунчики», «Колечко», «Рыбаки и рыбки». «Беги».	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра
5. Весенние игры и состязания.	3	Разучивание считалок, знакомство с правилами весенних игр: «Совушка». «Цепи-кованы». «Волк во рву».	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра
6. Хороводы и хороводные игры Руси.	3	Разучивание считалок, весенних закличек, знакомство с правилами русских хороводных игр: «Ручеек», «Петухи», «Два	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра

		Мороза».		
7. Спортивный праздник	1	Спортивный праздник	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра- эстафета

2 класс

Тема занятия	Кол-во часов	Содержание	Виды деятельности	Формы организации занятий
1. Народные игры на внимание	17	Инструкция по Т.Б. во время подвижных игр Разучивание считалок, игр на внимание: «Салки», «Догони меня», «Вызов номеров», «День и ночь», «Горелки». «Быстрее по местам», «Удочка», «Не намочи ног», «Пятнашки», «Вышибалы», «Пустое место», «Подвижная цель», «Попади в цель», «Бросай - беги», «Быстрая передача», «Мяч среднему», «Мяч соседу», « Снайперы», «Играй, мяч не теряй», «Запрещенное движение»	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра

		Знакомство с правилами игры, отработка игровых приемов, выбор и ограничение игрового пространства		
2. Ролевые и сюжетные народные игры.	16	«Гуси лебеди», «Волк во рву», «Лягушки и цапли», «Аисты»,» Охотники и утки», «Пчелки», «Кот и мыши», «Совушка», «Два мороза», «Белые медведи», «Охотники и утки», «Казаки разбойники», «Рыбаки и рыбки», «Сокол и мыши», «Зайцы в огороде», «Зайцы, сторож и Жучка».	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра
3. Итоговое занятие	1	Веселые старты	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра- эстафета

3 класс

Тема занятия	Кол-во часов	Содержание	Виды деятельности	Формы организации занятий
1.Игры народов Сибири и Дальнего востока	6	Инструкция по Т.Б. во время подвижных игр Разучивание считалок и игр народов Сибири и Дальнего востока: «Борьба на палке», «Куропатки и охотники», «Здравствуй, догони!», «Отбивка оленей», «Ручейки и озера», «Смелые ребята», «Бег в снегоступах», «Охота на куропаток», «Успей поймать», «Ловля оленей». Знакомство с правилами игры, отработка игровых приемов, выбор и ограничение игрового пространства Эстафеты, конкурсы аттракционы.	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра Эстафеты

2.Игры народов Коми, Бурятии, Калмыкии	6	Разучивание считалок и игр народов Коми, Бурятии, Калмыкии: «Ищем палочку», «Палочка- стукалочка», «Достань шапку», «Я есть», «Биляша», «Мяч», «Пятнашки на санках», «Стой, олень», «Невод», «Табун». Знакомство с правилами игры, отработка игровых приемов, выбор и ограничение игрового пространства Игровая программа «Веселые старты»	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра Эстафеты
3. Игры народов Кавказа	8	Разучивание считалок и игр народов Кавказа: «Конно-спортивная игра», «Снятие шапки», «Игра в лягушек», «Чья шеренга победит», «»Отдай платочек», «Палочка – выручалочка», «День и ночь», «Изюминка»,	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра

		«Земля, «Вода, воздух», «Взятие в плен», «Утушка», «Огонь». Знакомство с правилами игры, отработка игровых приемов, выбор и ограничение игрового пространства Соревнование «Веселые забавы»		Игра - соревнование
4. Игры народов Украины, Белоруссии	7	Разучивание считалок и игр народов Украины, Белоруссии: «Колдун», «Иванка», «Мельница», «Охотники и утки», «Заморозка», «Колечко», «Гуси летят», «Сосед, подними руку», «Перетягивание», «Жмурки», «Посадка картошки», «Догони меня» Знакомство с правилами игры, отработка игровых приемов, выбор и ограничение игрового пространства Итоговое мероприятие»	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра

		Спортивные сказки»		Ролевые спортивные игры
5. Игры народов Прибалтики	7	Разучивание считалок и игр народов Прибалтики: «Сторож», «Король мавров», «Черное и белое», «Кольцо», «Птица без гнезда», «Король зверей», «Цветы», «Ригу-рагу», «Утро зайчика, «Ловля хорька», «Путешественник», «Стая уток» Знакомство с правилами игры, отработка игровых приемов, выбор и ограничение игрового пространства Итоговое мероприятие «Спортивный праздник»	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра Спортивный праздник

4 класс

Тема занятия	Кол-во часов	Содержание	Виды деятельности	Формы организации занятий
1. Ролевые подвижные игры	22	Инструкция по Т.Б. во время подвижных игр Разучивание считалок и ролевых подвижных игр: «Охотник и собака», «Поймай дракона за хвост», «Хромой цыпленок», «Человек, ружьё, тигр», «Чужеземцы», «Метательная лапта», «Перестрелка», «»Перебежки», «Охрана сокровища», «Чехарда», «Третий лишний». Знакомство с правилами игры, отработка игровых приемов, выбор и ограничение игрового пространства	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра
2. Спортивные игры	12	Знакомство с правилами спортивных игр: пионербол, бадминтон, отработка игровых приемов Турнир по пионерболу. Итоговое занятие.	Познавательная Спортивно- оздоровительная Игровая	Игра Игра - соревнование

Тематическое планирование 1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1.	Осенины - русские народные празднества и обряды	8
2.	Ролевые и сюжетные игры.	9
3.	Именинные дни.	3
4.	Обряд вязания узлов, на счастье.	6
5.	Весенние игры и состязания.	3
6.	Хороводы и хороводные игры Руси.	3
7.	Спортивный праздник	1
	ИТОГО:	33

2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1.	Народные игры на внимание	17
2.	Ролевые и сюжетные народные игры	16
3.	Итоговое занятие	1
	ИТОГО:	34

3 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
4.	Игры народов Сибири и Дальнего востока	6
5.	Игры народов Коми, Бурятии, Калмыкии	6
6.	Игры народов Кавказа	8
7.	Игры народов Украины, Белоруссии	7
8.	Игры народов Прибалтики	7
	ИТОГО:	34

4 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1.	Ролевые подвижные игры	22
2.	Спортивные игры	12
	Итого:	34

Календарно-тематическое планирование занятий в 1 классе

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия	Дата проведения
1.	Вводное занятие: инструкция по ТБ. Русская народная игра «У медведя во бору»	Инструкция по ТБ. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
2.	Русская народная игра «Филин и пташка».	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	
3.	Русская народная игра «Горелки».	Правила игры. Проведение игры.	
4.	Разучивание считалок. Русская народная игра «Кот и мышь».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	
5.	5 Русская народная игра «Блуждающий мяч».	Правила игры. Проведение игры.	
6.	Русская народная игра «Зарница»	Правила игры. Проведение игры. Эстафета.	
7.	«Зайцы в огороде». Разучивание считалок.	Правила игры. Проведение игры.	
8.	«Кто сильнее».	Правила игры. Проведение игры.	
9.	«Красная шапочка».	Правила игры. Проведение игры.	
10.	«Пчелки».	Правила игры. Проведение игры.	
11.	«Дети и медведи».	Правила игры. Проведение игры.	
12.	«День и ночь».	Правила игры. Проведение игры.	
13.	«Совушка».	Правила игры. Проведение игры.	
14.	«День и ночь».	Правила игры. Проведение игры.	
15.	«Теремок».	Правила игры. Проведение игры.	
16.	«Жмурки».	Правила игры.	

		Проведение игры.	
17.	«Нитка, иголка, узелок».	Правила игры. Проведение игры.	
18.	«Кот проснулся».	Правила игры. Проведение игры.	
19.	«Пятнашки».	Правила игры. Проведение игры.	
20.	«Гуси-лебеди».	Правила игры. Проведение игры.	
21.	«Зайцы, сторож и жучка».	Правила игры. Проведение игры.	
22.	«Ловишки».	Правила игры. Проведение игры.	
23.	«Салочки-колдунчики».	Правила игры. Проведение игры.	
24.	«Колечко».	Правила игры. Проведение игры.	
25.	«Рыбаки и рыбки».	Правила игры. Проведение игры.	
26.	«Беги».	Правила игры. Проведение игры.	
27.	«Совушка».	Правила игры. Проведение игры.	
28.	«Цепи-кованы».	Правила игры. Проведение игры.	
29.	«Волк во рву».	Правила игры. Проведение игры.	
30.	Хороводы и хороводные игры Руси. «Ручеек».	Правила игры. Проведение игры.	
31.	Весенние заклички. «Петухи».	Правила игры. Проведение игры.	
32.	«Два Мороза». Ярилины игрища на Руси.	Правила игры. Проведение игры.	
33.	Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	

Календарно-тематическое планирование занятий в 2 классе

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия	Дата проведения
1.	Вводное занятие: инструкция по ТБ. «Гуси лебеди»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	
2.	«Салки»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	
3.	«Догони меня»	Правила игры. Проведение игры.	
4.	«Вызов номеров»	Правила игры. Проведение игры.	
5.	«День и ночь»	Правила игры. Проведение игры.	
6.	«Волк во рву»	Правила игры. Проведение игры.	
7.	«Горелки»	Правила игры. Проведение игры.	
8.	«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам»..	Правила игры. Проведение игры.	
9.	«Удочка», «Аисты»	Правила игры. Проведение игры.	
10.	«Не намочи ног».	Правила игры. Проведение игры.	
11.	«Охотники и утки»	Правила игры. Проведение игры.	
12.	«Пчёлки».	Правила игры. Проведение игры.	
13.	«Пятнашки», «Кот и мыши».	Правила игры. Проведение игры.	
14.	«Вышибалы».	Правила игры. Проведение игры.	
15.	«Пустое место»	Правила игры. Проведение игры.	
16.	«Совушка»	Правила игры. Проведение игры.	
17.	«Подвижная цель»	Правила игры. Проведение игры.	
18.	«Попади в цель».	Правила игры.	

		Проведение игры.	
19.	«Два мороза»	Правила игры. Проведение игры.	
20.	«Белые медведи»	Правила игры. Проведение игры.	
21.	«Охотники и утки»	Правила игры. Проведение игры.	
22.	«Казачи разбойники»	Правила игры. Проведение игры.	
23.	«Рыбаки и рыбки»	Правила игры. Проведение игры.	
24.	«Бросай – беги »	Правила игры. Проведение игры.	
25.	«Сокол и мыши»	Правила игры. Проведение игры.	
26.	«Быстрая передача».	Правила игры. Проведение игры.	
27.	«Мяч среднему», «Мяч соседу»	Правила игры. Проведение игры.	
28.	«Зайцы в огороде».	Правила игры. Проведение игры.	
29.	«Подвижная цель».	Правила игры. Проведение игры.	
30.	«Зайцы, сторож и Жучка»	Правила игры. Проведение игры.	
31.	«Снайперы».	Правила игры. Проведение игры.	
32.	«Играй, мяч не теряй»	Правила игры. Проведение игры.	
33.	«Запрещённое движение» .	Правила игры. Проведение игры.	
34.	Весёлые старты. Итоговое занятие	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	

Календарно-тематическое планирование занятий в 3 классе

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия	Дата проведения
Игры народов Сибири и Дальнего Востока			
1.	Перетягивание каната». «Борьба на палке»,.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	
2.	«Куропатки и охотники». «Здравствуй, догони!»	Правила игры. Проведение игры.	
3.	«Отбивка оленей». «Ручейки и озера».	Правила игры. Проведение игры.	
4.	«Смелые ребята». «Бег в снегоступах».	Правила игры. Проведение игры.	
5.	«Охота на куропаток». «Успей поймать».	Правила игры. Проведение игры.	
6.	«Ловля оленей». Эстафеты, конкурсы, аттракционы.		
Игры народов Коми, Бурятии, Калмыкии.			
7.	«Ищем палочку». «Палочка – стукалочка».	Правила игры. Проведение игры.	
8.	«Достань шапку». «Я есть!».	Правила игры. Проведение игры.	
9.	«Биляша». «Мяч».	Правила игры. Проведение игры.	
10.	«Пятнашки на санках». «Стой, олень».	Правила игры. Проведение игры.	
11.	«Невод». «Табун».	Правила игры. Проведение игры.	
12.	Игровая программа Веселые старты».		
Игры народов Кавказа.			
13.	«Конно – спортивная игра». «Конное поло».		
14.	«Снятие шапки». «Игра в лягушек».	Правила игры. Проведение игры.	
15.	«Чья шеренга победит?».	Правила игры. Проведение игры.	
16.	«Отдай платочек».	Правила игры. Проведение игры.	

17.	Традиции народных праздников Кавказа. «Палочка – выручалочка».	Правила игры. Проведение игры.	
18.	«День и ночь». «Изюминка».	Правила игры. Проведение игры.	
19.	«Земля, вода, воздух, о«Взятие в плен». «Утушка». гонь»,	Правила игры. Проведение игры.	
20.	Соревнования: «Веселые забавы».		
Игры народов Украины, Белоруссии			
21.	«Колдун». «Иванка».	Правила игры. Проведение игры.	
22.	«Мельница». «Охотники и утки».	Правила игры. Проведение игры.	
23.	«Заморозка». «Колечко».	Правила игры. Проведение игры.	
24.	«Гуси летят». «Сосед, подними руку».	Правила игры. Проведение игры.	
25.	«Перетягивание». «Жмурки».	Правила игры. Проведение игры.	
26.	Посадка картошки». «Догони меня».	Правила игры. Проведение игры.	
27.	Итоговое мероприятие: «Спортивные сказки».	Правила игры. Проведение игры.	
Игры народов Прибалтики			
28.	«Сторож». «Король мавров».	Особенности игр народов Прибалтики.	
29.	«Черное и белое». «Кольцо».	Правила игры. Проведение игры.	
30.	«Птица без гнезда». «Король зверей».	Правила игры. Проведение игры.	
31.	Цветы». «Ригу – рагу».	Правила игры. Проведение игры.	
32.	«Утро зайчика». «Ловля хорька».	Правила игры. Проведение игры.	
33.	«Путешественник». «Стая уток».	Правила игры. Проведение игры.	
34.	Итоговое мероприятие: «Спортивный праздник».		

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия	Дата проведения
1	Вводное занятие: инструкция по ТБ. Игра «Охотник и собака»	Инструкция по ТБ. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	
2	Игра «Охотник и собака»	Правила игры. Проведение игры.	
3-4	Игра «Поймай дракона за хвост»	Правила игры. Проведение игры.	
5-6	Игра «Хромой цыпленок»	Правила игры. Проведение игры.	
7-8	Игра «Человек, ружье, тигр»	Правила игры. Проведение игры.	
9-10	Игра «Чужеземцы»	Правила игры. Проведение игры.	
11-12	«Метательная лапта»	Правила игры. Проведение игры.	
13-14	Игра «Перестрелка»	Правила игры. Проведение игры.	
15-16	Игра «Перебежки»	Правила игры. Проведение игры.	
17-18	Игра «Охрана сокровища»	Правила игры. Проведение игры.	
19-20	Игра «Чехарда»	Правила игры. Проведение игры.	
21-22	Игра «Третий лишний»	Правила игры. Проведение игры.	
23-24	Пионербол	Правила игры. Отработка навыков подачи мяча	
25-26	Пионербол	Правила игры. Отработка навыков перестроения на игровом поле	
27-28	Пионербол	Правила игры. Проведение игры	
29-30	Бадминтон	Правила игры. Отработка навыков подачи мяча	
31-33	Бадминтон	Правила игры. Отработка навыков подачи мяча	
34	Турнир по пионерболу. Итоговое занятие	Проведение турнира между 4 и 5 классом	

Учебно-методическое обеспечение

1. Барканов, С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков: Учебно-методическое пособие / С.В. Барканов – М.: Владос, 2001.
2. Белоножкина, О.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе. Волгоград. Учитель, 2007.
3. Богданов, Г.П. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом / Г.П. Богданов, О.У. Устенов – М., 1993.
4. Богданов, В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие / В.П. Богданов – М., 1990.
5. Гальцова, Е.А., Власенко, О.П. Спортивный серпантин. Сценарии спортивных мероприятий. Волгоград: Учитель, 2007.
6. Гордияш, Е.Л., Жигульская, И.В., и др. Физическое воспитание в школе. Волгоград: Учитель, 2008.
7. Горский, В.А. «Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное основное образование» под редакцией В.А. Горского, -2-е изд. – М., Просвещение 2011
8. Журнал «Физическая культура в школе»
9. Казин, Э.М. Физическое развитие личности в воспитательно-образовательном процессе школы. Кемерово. 2005.
10. Кенеман, А.В. Детские подвижные игры народов СССР / А.В. Кинеман - М.: Просвещение, 1988г.
11. Кузнецов, В.С., Колодницкий, Г.А. «Физическая культура. Упражнения и игры с мячами». Методическое пособие. М., НЦ ЭНАС. 2002.
12. Литвинова, М.Ф. «Русские народные подвижные игры». Под редакцией Руссковой, Л.В. М., Просвещение. 1986г.
13. Патрикеев, А.Ю. «Подвижные игры» 1-4 классы. Учебно-методическое пособие. М., ВАКО. 2007г.
14. Пензулаева, Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет». М., Владос, 2001г.
15. Сайт о русских народных играх. – <http://www.glee.ru>.
16. Степанов, П.В., Сизяев, С.В., Сафронов Т.Н. программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность Спорттивно-оздоровительная деятельность. М., Просвещение, 2011.
17. Яковлев, В.Г. Подвижные игры / В.Г. Яковлев. М.: Просвещение, 1992.

Материально-техническое оснащение

1. Стенка гимнастическая
2. Скамейка гимнастическая
3. Коврик гимнастический
4. Гимнастические маты
5. Мяч малый (теннисный)
6. Мяч гимнастический
7. Скакалка гимнастическая
8. Палка гимнастическая
9. Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой
10. Мячи баскетбольные
11. Мячи волейбольные
12. Сетка волейбольная
13. Мячи футбольные
14. Аптечка медицинская
15. Спортивный зал
16. Секундомер
17. Измерительная лента