

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Вологодского муниципального округа  
«Гончаровская средняя школа»

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете

Протокол № 1 от 29.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по ВР

 Репенкова М.М.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы:

 Ж.В.Каранина

Приказ № 125 от 29.08.2023 г.



**Рабочая программа**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Подвижные игры»**  
направление: спортивно - оздоровительное  
срок реализации программы: 1 год  
возрастная группа: 6 – 7 лет

Программу разработал:

Наговицына Наталья Николаевна,  
учитель начальных классов,  
высшая квалификационная категория

п. Заря 2023 год

## **I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** освоения обучающимися содержания курса 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 обучающимися содержания программы по курсу 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 учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её 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 обучающимися 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

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

**Вид деятельности** – игровая.

**Форма организация деятельности** – подвижные игры.

Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Быстрые шеренги», «Салки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.

Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.

Упражнение «Боксёры».

Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта».

Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Пустое место», «Рыбы и рыбаки».

Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу.

Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

Подвижные игры: «Коты и мыши». Эстафета с прыжками с ноги на ногу.

Разучивание игры «Два мороза». Эстафета прыжками.

Разучивание игры «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками.

Разучивание игры «Мышеловка». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.

Разучивание игры «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.

Разучивание игры «Горелки». Эстафета «Паровозик».

Соревнования по подвижным играм.

Разучивание игры «Волк во рву». Эстафета «Паровозик».

Соревнования по подвижным играм.

Комбинированная эстафета. Подвижная игра: «Наперегонки парами».

Комбинированная эстафета. Подвижная игра: «Ловишки-перебежки».

Самостоятельные игры.

Разучивание игры «Лягушки-цапли».

Эстафета с прыжками с ноги на ногу.

Подвижные игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».

Эстафета с прыжками с ноги на ногу.

Самостоятельные игры.

Разучивание игры «Кенгурбол». Эстафета с прыжками через движущее препятствие.

Перетягивание каната.

Разучивание игры «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие.

«Перетягивание каната».

Эстафета с переноской предметов.

Разучивание игры «Не намочи ног».

Эстафета с переноской предметов.

Разучивание игры «Перетягивание каната»

Разучивание игры «Береги предмет»

Разучивание игры

«Кто первый через обруч к флажку?»»

Разучивание игры «Пчёлки».

Самостоятельные игры.

Разучивание игры «Пролезай-убегай». Самостоятельные игры.

«Пятнашки» «Кот и мыши».

«С кочки на кочку», «Кот и мыши».

«Кто дольше не собьётся»..

«Удочка».

Разучивание игры «Покати-догони».

Весёлые старты.

Разучивание игры «Прыгай выше и дружнее»

Разучивание игры «Совушка».

Эстафета с мячами, скакалками.

Разучивание игры «Упасть не давай».

Эстафета с мячами, скакалками.

### III Тематическое планирование курса внеурочной деятельности

#### 1 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты.	18
2	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча.	8
3	Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий.	6
4	Весёлые старты.	1
	<b>Итого:</b>	<b>33</b>

