



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа с. Ядрино»

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО учителей МБОУ  
"СОШ с. Ядрино"

Руководитель ШМО  
 (Лозовик Г. В.)

Протокол №1  
от "30" августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО  
заместителем директора по УВР  
 (Третьяк О. С.)

Протокол №1  
от "30" августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
директор МБОУ "СОШ с. Ядрино"  
 (Пермина М. Н.)

Приказ № 136  
от "30" августа 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Наименование внеурочной деятельности	«Подвижные игры»
Класс	1-4
Срок реализации программы (уч. год)	2022-2023 год
Рабочую программу составил	Лещева Ирина Владимировна

## Планируемые результаты освоения курса

Личностными результатами освоения учащимися :

— 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 (познавательные, регулятивные, коммуникативные УУД) являются:

— 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.

Предметными результатами освоения уча-ся:

планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня,

организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

### **Ожидаемые результаты:**

- будут овладевать основами техники всех видов двигательной деятельности;

- будут развиты физические качества (выносливость, быстрота, скорость и др.);

-будет укреплено здоровье

-будет сформирован устойчивый интерес, мотивация к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;

-будут сформированы знания об основах физкультурной деятельности

## Содержание курса

Легкая атлетика. Беговые упражнения, прыжки, броски большого мяча, метание малого мяча.

Подвижные и спортивные игры. Салки, Гуси-лебеди, Метко в цель, Два Мороза, Запрещенное движение, Совушка, Охотники и зайцы, Кто быстрее схватит, Правильный номер, Удочка.

Знания о физической культуре. Что такое физическая культура. Как возникли физические упражнения. Чему обучают на уроках физической культуры. Как передвигаются животные. Как передвигается человек.

Способы физкультурной деятельности. Одежда для игр и прогулок. Подвижные игры. Что такое режим дня. Утренняя зарядка. Физкультминутка. Личная гигиена. Физическое совершенствование. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки. Комплексы физкультминуток. Упражнения для профилактики и коррекции нарушений осанки.

Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения. Акробатика. Прыжки со скакалкой и висы. Лазанье по гимнастической стенке и канату.

**Формы организации работы учащихся:** тренировка и игра индивидуальная, фронтальная, групповая.

## Тематическое планирование

№	Содержание занятий	кол	дата по плану	Дата по факту
1.	Разучивание игры «У ребят порядок строгий».	1	6.09	
2.	Разучивание игры «Фигуры», «Флюгер».	1	13.09	
3.	Разучивание игры «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики».	1	20.09	
4.	Беседа личная гигиена. «Летает - не летает», «Статуя».	1	27.09	
5.	«Кот идет», «Товарищ командир»	1	4.10	
6.	«Не ошибись», «Беги и собирай».	1	11.10	
7.	«Берегись, Буратино», «Жмурки».	1	18.10	
8.	«Дети и медведь», «Гуси - лебеди».	1	25.10	
9.	«Зима - лето», «Космонавты».	1	1.11	
10.	Беседа: «Твой организм». «Кот проснулся»	1	8.11	
11.	« Пчелки», «красная шапочка».	1	15.11	
12.	Веселые эстафеты с предметами.	1	22.11	
13.	«Пустое место, «Кот идет».	1	29.11	
14.	«Птица без гнезда», «Быстро по местам».	1	6.12	
15.	«Ловишки», «Карлики и великаны».	1	13.12	
16.	ТБ при подвижных играх. «Пятнашки», «Зима- лето».	1	20.12	
17.	«Зайцы, сторож и жучка», веселые старты.	1	27.12	
18.	«Колдунчики», Пчелки».	1	17.01	
19.	«Через ручеек», «У ребят порядок строгий».	1	24.01	
20.	«Стая», «Быстро по местам».	1	31.01	
21.	«Летучие рыбки», «Жмурки».	1	7.02	
22.	«Пчелы и медвежата», «Зима – лето».	1	14.02	
23.	«Проведи», «Пчелки».	1	21.02	
24.	«Светофор», «Гуси – лебеди».	1	28.02	
25.	«Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».	1	7.03	
26.	«Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».	1	14.03	

27.	«Волк во рву», «Пустое место».	1	21.03	
28.	Беседа. Закаливание организма. «Кошки мышки».	1	4.04	
29.	«Воробушки», Берегись Буратино».	1	11.04	
30.	«Зима - лето», «Космонавты».	1	18.04	
31.	ТБ при подвижных играх. «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».	1	25.04	
32.	«Летает - не летает», «Статуя».	1	2.02	
33.	«Летает - не летает», «Статуя»	1	16.05	
34.	«Летает - не летает», «Статуя»..	1	23.05	



