

Управление образования города Калуги
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №29» города Калуги

ПРИНЯТА

педагогическим советом
протокол №11 от «28 мая» 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом № 85/03-03
от «28 мая» 2024 г.



Рабочая программа внеурочной деятельности
физкультурно-спортивной направленности
«Подвижные игры»

Возраст учащихся: 7-10 лет

Срок реализации программы: 1 год, 135 часов

Уровень сложности: базовый

Составитель программы:

Лужецкая Надежда Викторовна,

учитель физкультуры

Калуга, 2024 г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры»
Составитель программы, должность	Лужецкая Н.В., учитель физкультуры
Адрес реализации программы	г. Калуга, ул. Центральная, д.13а тел.8 (4842)513-079
Вид программы	– по степени авторства–модифицированная; – по уровню освоения– базовая
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Срок реализации	1 год, 135 часов
Возраст учащихся	7-10 лет.
Форма реализации программы	групповая.
Название объединения	«Подвижные игры».
Педагог, реализующий программу	Лужецкая Надежда Викторовна, учитель физкультуры

Оглавление

- 1 Пояснительная записка.....**Error! Bookmark not defined.**
 - 1.1 Общая характеристика внеурочного курса**Error! Bookmark not defined.**
 - 1.2 Место внеурочного курса в структуре основной образовательной программы
Error! Bookmark not defined.
- 2 Планируемые результаты освоения внеурочного курса ..**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.1 Личностные результаты освоения внеурочного курса.....**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.2 Метапредметные результаты освоения внеурочного курса. ...**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3 Предметные результаты освоения учебного предмета**Error! Bookmark not defined.**
- 3 Содержание внеурочного курса.....**Error! Bookmark not defined.**
- 4 Тематическое планирование внеурочного курса**Error! Bookmark not defined.**
- 5 Условия реализации внеурочного курса.**Error! Bookmark not defined.**
 - 5.1 Требования к минимальному материально – техническому обеспечению..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 5.2 Информационное обеспечение**Error! Bookmark not defined.**

1 Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочного курса разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее – ФГОС НОО), примерной образовательной программы, образовательной программы муниципального бюджетного образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №29» города Калуги. Рабочая программа внеурочного курса (далее - рабочая программа) – является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС НОО.

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» 1-4 класс разработана на основе авторской программы «Подвижные игры» Баскаева Е.А., 2013года.

Направленность программы физкультурно-спортивная

Вид программы:

- по степени авторства - модифицированная;
- по уровню сложности – базовая.

Язык реализации программы: русский

Перечень нормативных документов:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 год.
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
7. Постановление Правительства Калужской области от 29 января 2019 года № 38 «Об утверждении государственной программы Калужской области «Развитие общего и дополнительного образования в Калужской области». Подпрограмма «Дополнительное образование» государственной программы Калужской области «Развитие общего и дополнительного образования в Калужской области».

1.1 Общая характеристика внеурочного курса

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность —

комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Исполнок веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе.

Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Цель программы

Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 29» города Калуги.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

На ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

1.2 Место внеурочного курса в структуре основной образовательной программы

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс — 33 часа в год, 2-4 классы -34 часа в год. На реализацию курса внеурочной деятельности отводится 1 час в неделю, программа рассчитана на 135 часов. Срок реализации программы: 4 года.

2 Планируемые результаты освоения внеурочного курса

2.1 Личностные результаты освоения внеурочного курса

У ученика будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к оценке своей учебной деятельности;
- основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;
- основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;
- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой.

Ученик получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательной организации, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;

- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учета позиций партнеров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;
- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь другим и обеспечение их благополучия.

2.2 Метапредметные результаты освоения внеурочного курса

1. Регулятивные:

Ученик научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и иностранном языках.

Ученик получит возможность научиться:

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.

2. Коммуникативные:

Ученик научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнера;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Ученик получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

3. Познавательные:

Ученик научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет;
- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
- использовать знаково-символические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные), для решения задач;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;
- основам смыслового восприятия художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из сообщений разных видов (в первую очередь текстов);
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи;
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
- устанавливать аналогии;
- владеть рядом общих приемов решения задач.

Ученик получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;
- записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ;
- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;
- осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- произвольно и осознанно владеть общими приемами решения задач.

2.3 Предметные результаты освоения учебного предмета

В ходе реализации программы курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» обучающиеся должны **знать**:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений,

высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

3 Содержание внеурочного курса

1 год обучения

№ п/п	Наименование глав, разделов и тем	Содержание материала	Возможность использования ЦОР
	Игры с бегом.	<p><i>Теория.</i> Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками.. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». • Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору». • Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски». • Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди». • Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». • Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи». 	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
	Игры с мячом.	<i>Теория.</i> История возникновения игр с	Физкульт.Ура

		<p>мячом.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу». • Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели». • Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей». • Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель». 	<p>https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
	<p>Игра с прыжками.</p>	<p><i>Теория.</i> Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». • Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля». • Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало». • Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли». 	<p>Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
	<p>Игры малой подвижности.</p>	<p><i>Теория.</i> Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты». • Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». • Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». 	<p>Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>

		<ul style="list-style-type: none"> Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. <p>Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».</p>	
.	Зимние забавы.	<p><i>Теория.</i> Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов». Игра «Клуб ледяных инженеров». Игра «Мяч из круга». Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи». 	<p>Физкульт. Ура</p> <p>https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
.	Эстафеты.	<p><i>Теория.</i> Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Беговая эстафеты. Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками) Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия. 	<p>Физкульт. Ура</p> <p>https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
.	Народные игры.	<p><i>Теория.</i> Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Разучивание народных игр. Игра «Ручеек» Разучивание народных игр. Игра «Чижик» Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота» Разучивание народных игр. Игра "Чехарда". 	<p>Физкульт. Ура</p> <p>https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>

2 год обучения

№ п/п	Наименование глав, разделов и тем	Содержание материала	Возможность использования ЦОР
	Игры с бегом.	<p><i>Теория:</i> Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок». • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки» • Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки» • Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих» 	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
	Игры с прыжками	<p>Игры с прыжками</p> <p><i>Теория.</i> Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок». • Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки». • Комплекс ОРУ. Игра «Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки». • Комплекс ОРУ. Игра «Салка на одной ноге». Игра «Кто первый?». 	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
	Игры с мячом	<p>Игры с мячом</p> <p><i>Теория.</i> Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить» • Комплекс ОРУ с большими 	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

		<p>мячами. Игра «Перебрасывание мяча»</p> <p>Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город». • Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта» 	
	Игры малой подвижности	<p><i>Теория.</i> Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.</p> <p><i>Практические занятия</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест». • Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. <p>Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко». • Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест» 	<p>Физкульт.Ура</p> <p>https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
	Зимние забавы	<p><i>Теория.</i> Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра «Строим крепость». • Игра «Взятие снежного городка». • Игра «Лепим снеговика». • Игра «Меткой стрелок». 	<p>Физкульт.Ура</p> <p>https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
	Эстафеты	<p><i>Теория.</i> Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка». • Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке». • Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд». 	<p>Физкульт.Ура</p> <p>https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
	Народные игры	<p><i>Теория.</i> Материальная и духовная</p>	<p>Физкульт.Ура</p>

.		<p>игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Разучивание народных игр. Игра "Горелки". • Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди» • Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы» • Разучивание народных игр. Игра "Мишени". 	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
---	--	---	---

3 год обучения

№ п/п	Наименование глав, разделов и тем	Содержание материала	Возможность использования ЦОР
.	Игры с бегом.	<p><i>Теория.</i> Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек». • Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта» • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». • Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки». 	<p>Физкульт.Ура</p> <p>https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
.	Игры с прыжками	<p><i>Теория.</i> Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ. Игра «Туда-обратно». Игра «Зайцы в огороде». • Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи». • Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка». • Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы». 	<p>Физкульт.Ура</p> <p>https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
.	Игры с мячом	<p><i>Теория.</i> Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи</p>	<p>Физкульт.Ура</p> <p>https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>

		<p>мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». • Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». • Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» <p>Игра «Защищай ворота».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». <p>Игра «Мяч в центре».</p>	ura.ru/mobile_game
	Игры малой подвижности	<p><i>Теория.</i> Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет». • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее». • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». 	<p>Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
	Зимние забавы	<p>Зимние забавы</p> <p><i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Игра «Снежком по мячу». • Игра «Пустое место». • Игра «Кто дальше» (на лыжах). • Игра «Быстрый лыжник». 	<p>Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
	Эстафеты	<p>Эстафеты</p> <p><i>Теория.</i> Правила безопасного поведения</p>	<p>Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>

.		<p>при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.</p> <p>Способы деления на команды. Повторение считалок.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами. • Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами». • Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи) 	ura.ru/mobile_game
.	Народные игры	<p>Народные игры</p> <p><i>Теория.</i> Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.</p> <p><i>Практические занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Разучивание народных игр. Игра "Обыкновенные жмурки". • Разучивание народных игр. Игра "Горячее место". • Разучивание народных игр. Игра "Коршун". • Разучивание народных игр. Игра "Бабки". 	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

4. Тематическое планирование внеурочного курса

1 год обучения

№ п/п	Наименование глав, разделов и тем	Количество часов
1	Игры с бегом.	6ч
2	Игры с мячом.	6ч
3	Игра с прыжками.	4ч
4	Игры малой подвижности.	5ч
5	Зимние забавы.	3ч
6	Эстафеты.	4ч

7	Народные игры.	5ч
	Всего	33ч

2 год обучения.

№ п/п	Наименование глав, разделов и тем	Количество часов
1	Игры с бегом.	6ч
2	Игры с мячом.	4ч
3	Игра с прыжками.	6ч
4	Игры малой подвижности.	4ч
5	Зимние забавы.	4ч
6	Эстафеты.	5ч
7	Народные игры.	5ч
	Всего	34ч

3 год обучения

№ п/п	Наименование глав, разделов и тем	Количество часов
1	Игры с бегом.	5ч
2	Игры с мячом.	5ч
3	Игра с прыжками.	5ч
4	Игры малой подвижности.	6ч
5	Зимние забавы.	3ч
6	Эстафеты.	6ч
7	Народные игры.	4ч
	Всего	34ч

4 год обучения.

№ п/п	Наименование глав, разделов и тем	Количество часов
1	Игры с бегом.	5ч
2	Игры с мячом.	5ч
3	Игра с прыжками.	5ч
4	Игры малой подвижности.	6ч
5	Зимние забавы.	3ч
6	Эстафеты.	5ч
7	Народные игры.	5ч
	Всего	34ч

5. Условия реализации внеурочного курса

5.1 Требования к минимальному материально – техническому обеспечению

1. Футбольное поле
2. Спортивный зал
3. Конусы
4. Мячи
5. Скакалки
6. Обручи
7. Кегли
8. Гимнастические скамейки, стенки, маты
9. Кегли
10. Канат

5.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники

Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 2021г. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2022 г. 3. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2021 г 4.

Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2021 г 5. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2019г.

Дополнительные источники:

Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2022г.

Интернет-ресурсы:

Физкульт.Ура

https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game