

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Агибалова Михаила Павловича  
с. Зувка муниципального района Нефтегорский Самарской области  
446606, Самарская область, муниципальный район Нефтегорский, с. Зувка, ул. Школьная, д. 3;  
Тел. (факс): 8 (84670) 4-31-45; E-mail:zuevka2006@yandex.ru

---

РАССМОТРЕНО  
На заседании МС

Протокол №1  
от "01" сентября 2022 г.

ПРОВЕРЕНО  
Заместитель директора по УР  
\_\_\_\_\_ (Гребенкина Е.В. )

от "01" сентября 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ школы с Зувка  
\_\_\_\_\_ (Воротынцева Л.А.)

Приказ № 43/1-од  
от "01" сентября 2022 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА по внеурочной деятельности

Направление: спортивно-оздоровительная деятельность.

Предмет (курс) \_\_ Час подвижных игр \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_ 1 \_\_\_\_\_

Количество часов по учебному плану \_\_ 66 \_\_ в год \_\_ 2 \_\_ в неделю

Класс \_\_\_\_\_ 2-4 \_\_\_\_\_

Количество часов по учебному плану \_\_ 34 \_\_ в год \_\_ 1 \_\_ в неделю

Составлена в соответствии с примерной рабочей программой курса внеурочной деятельности « Час подвижных игр» «Начальное и основное образование» (В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов и др.); под редакцией В.А. Горского; 4-е издание; М.: Просвещение, 2014 г.

с. Зувка 2022

## **Пояснительная записка**

Программа разработана с учётом:

1. Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286.

Программа по внеурочной деятельности «Час подвижных игр» разработана на основе примерных программ внеурочной деятельности «Начальное и основное образование», В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов, Москва, Просвещение, 2020 г.

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

### **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.

### **Метапредметные результаты**

- 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 ее 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.

- 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.**

### **Тема 1. Техника безопасности - 4 часа**

ТБ при проведении подвижных игр.

### **Тема 2. Беседы - 4 часа**

«Закаляйся, если хочешь быть здоров», «Режим дня», «Совы и жаворонки», «Красивая осанка»

### **Тема 3. Игры народов мира: 1 класс-58 часов**

**2 класс – 26 часов**

**3 класс – 26 часов**

**4 класс – 26 часов**

Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень», бурятская народная игра «Ищем палочку», дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок», марийская народная игра «Катание мяча», татарская народная игра «Серый волк», якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки», чувашская игра «Рыбки, кабардино-балкарская народная игра «Под буркой», калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!», карельские народные игры «Мяч», «Я есть!», игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!», марийская народная игра «Катание мяча», татарская народная игра «Серый волк», якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки», удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяц», узбекская народная игра «Колесо», чечено-ингушская игра «Чиж», тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба», мордовские народные игры «Котел», «Круговой», северо-осетинская игра «Борьба за флажки», чувашская игра «Рыбки», игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз», игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки», «Пятнашки», «Салки», «Фанты», «Волк во рву», «Третий лишний», «Охотники и зайцы», «Краски», «Капканы», «Коршуны и наседка», «Ловушка», «Охотник и сторож», «Воробушки - попрыгунчики», «Ласточки и пчелки», «Кошки и мышки», «Колдуны», «Воздух, вода, земля», «Гусеница», «Зайцы в огороде», «У медведя во бору», «Удочка», «Хвостики», «Жаворонки», игры мордовского народа. «Котел» «Салки», игры белорусского народа. «Михасик», «Прела-горела», «Вьюны», «Посадка овощей», игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок», игры народов Востока. «Скачки», «Собери яблоки», игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек», подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка», подвижные игры, основанные на элементах легкой атлетики: «Не

оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», подвижные игры, основанные на элементах лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», подвижные игры, основанные на элементах спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки», народные игры с камешками, шариками и палками «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка», Хороводные игры «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Заинька», «Ручеёк», игры с метанием, передачей и ловлей мяча «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака», игры с лазанием и перелезанием «Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы», игры для развития внимания «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки», игры со скакалками «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка», подвижные символические игры «Бабки», «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок», игры для формирования правильной осанки «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадка».

**Виды внеурочной деятельности:** Игровая деятельность.

**Форма организации** – игра.

### III. Тематическое планирование

#### 1 класс

#### *«Современные подвижные игры»*

№	Тема
1	Здоровый образ жизни
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!
3	Личная гигиена
4	Профилактика травматизма
5	Нарушение осанки
6	Современные подвижные игры: «Мяч по кругу»
7	«Поймай рыбку»
8	«Цепи кованы»
9	Профилактика травматизма

10	«Змейка на асфальте»
11	«Бег с шариком»
12	«Нас не слышно и не видно»
13	«Третий лишний»
14	«Ворота»
15	«Чужая палочка»
16	«Белки, шишки и орехи»
17	Профилактика травматизма
18	Нарушение осанки
19	«След в след»
20	Эстафета
21	«Мишень»
22	«С кочки на кочку»
23	«Без пары»
24	«Веревочка»
25	«Плетень»
26	Профилактика травматизма
27	«Кто больше»
28	«Успевай, не зевай»
29	«День и ночь»
30	«Наперегонки парами»
31	«Ловушки-перебежки»
32	«Вызов номеров»

33	«Хвостики»
34	«Мяч по кругу»
35	«Поймай рыбку»
36	«Цепи кованы»
37	«Змейка на асфальте»
38	«Бег с шариком»
39	«Нас не слышно и не видно»
40	«Третий лишний»
41	«Успевай, не зевай»
42	«День и ночь»
43	«Наперегонки парами»
44	«Ловушки-перебежки»
45	«Кто больше»
46	«Бег с шариком»
47	«Нас не слышно и не видно»
48	«Третий лишний»
49	«Успевай, не зевай»
50	«День и ночь»
51	«Ловушки-перебежки»
52	«Кто больше»
53	«Хвостики»
54	«Вызов номеров»
55	«Нас не слышно и не видно»



56	«Третий лишний»
57	«Успевай, не зевай»
58	«День и ночь»
59	«Ловушки-перебежки»
60	«Кто больше»
61	«Хвостики»
62	«Вызов номеров»
63	«Наперегонки парами»
64	«Ловушки-перебежки»
65	«Вызов номеров»
66	«Хвостики»

*2 класс*

№	Тема
1	Здоровый образ жизни
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!
3	Личная гигиена
4	Профилактика травматизма
5	Нарушение осанки
6	<b>Старинные подвижные игры</b> «Двенадцать палочек»
7	«Катание яиц»
8	«Чижик»
9	Профилактика травматизма

10	«Пустое место»
11	«Городки»
12	«Пятнашки»
13	«Волки и овцы»
14	«Намотай ленту»
15	«Лапта»
16	«Без соли соль»
17	«Чет-нечет»
18	«Серый волк»
19	«Ловись, рыбка, большая и маленькая»
20	Профилактика травматизма
21	Нарушение осанки
22	«Платок»
23	«Кто боится колдуна?»
24	«Догонялки на санках»
25	«Лучники»
26	«Волк»
27	«Камнепад»
28	«Шаровки»
29	«Горелки»
30	«Штандер»
31	«Рыбки»

32	«Бабки»
33	«Казачи-разбойники»
34	«Тише едешь»

*3 класс*

№	Тема
1	Здоровый образ жизни
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!
3	Личная гигиена
4	Профилактика травматизма
5	Нарушение осанки
6	<b>Русские народные игры и забавы</b> “Щука”
7	“Водяной”
8	“Третий лишний”
9	“На золотом крыльце сидели...”
10	“Кандалы”
11	“Ворота”
12	“Слон”
13	“Козел”
14	«Лягушки и цапля»
15	«Волк во рву»
16	«Прыгуны»
17	«Лошади»
18	Профилактика травматизма

19	«Птички и клетка»
20	«Северный и южный ветер»
21	«Бой петухов»
22	«Караси и щука»
23	«Лиса в курятнике»
24	«Река и ров»
25	«Горячая картошка»
26	«Заяц без логова»
27	«Подвижная цель»
28	Профилактика травматизма
29	«Бредень»
30	«Заколдованный замок»
31	«Али-баба»
32	«Два Мороза»
33	"Жар-птица".
34	"Перетягивание вoзa".

*4 класс*

№	Тема
1	Здоровый образ жизни
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!
3	Личная гигиена
4	Профилактика травматизма
5	Нарушение осанки

6	<b>Русские игровые традиции в подвижных играх</b> «Зазывалки»
7	«Жребий»
8	«Волки во рву»
9	«Волки и овцы»
10	«Медведь и вожак»
11	«Водяной»
12	«Невод»
13	«Чехарда»
14	«Птицелов»
15	«Жмурки»
16	Профилактика травматизма
17	«Дуга»
18	«Кот и мышь»
19	«Ляпка»
20	«Заря»
21	«Гуси»
22	«Удар по веревочке»
23	«Зайки»
24	«Прыганье со связанными ногами»
25	«У медведя во бору»
26	«Гуси»
27	«Бой петухов»

28	«Переездной конь»
29	«Зелёная репка»
30	«Дударь»
31	«Капустка»
32	«Солнышко»
33	«В круги»
34	«Медом или сахаром»