

Управление образования администрации муниципального округа Горноуральский Свердловской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 6

*Приложение №1
к Основной образовательной программе
начального общего образования,
утвержденной приказом по МБОУ СОШ №6
от 20 августа 2025г. № 147-д*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Спортивные игры**

**НАЧАЛЬНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ
1-4 классы**

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

<p>Личностные результаты</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; – развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; – развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; – формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; – развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; – развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; – формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
<p>Метапредметные результаты</p>	<p><i>Регулятивные УУД:</i></p> <p>определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;</p> <ul style="list-style-type: none"> – проговаривать последовательность действий во время занятия; – учиться работать по определенному алгоритму <p><i>Познавательные УУД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя; <p><i>Коммуникативные УУД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – умение оформлять свои мысли в устной форме – слушать и понимать речь других; – договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им; – учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли;
<p>Предметные</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование первоначальных представлений о значении двигательной активности для

результаты	<p>укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;</p> <ul style="list-style-type: none"> – овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.); – формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости) – взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; – выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.
-------------------	---

К концу 4 класса обучающиеся должны:

понимать:

- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

знать:

- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- терминологию, связанную с проведением игр, ритмических занятий;

уметь:

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- выразить в движении характер музыки и ее настроение;
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

Формы организации деятельности:

Ведущими формами организации внеурочной деятельности предполагаются:

- экскурсии;
- практические занятия;
- сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра;
- просмотр и обсуждение видеоматериала;
- беседы по воспитательным эффектам подвижных игр;
- мини – проекты.
- соревнования
- экскурсии

Форма организации деятельности в основном – коллективная и групповая.

Виды деятельности:

- игровая
- познавательная
- спортивно-оздоровительная

Содержание программы

1 класс (33 часа)

1. Подвижные игры рассматриваются в качестве одного из важных средств физического воспитания.

Они привлекают занимающихся своей эмоциональностью, доступностью, разнообразием и состязательным характером, помогают в основном правильно, но в облегчённом виде выполнять элементы изучаемых технических приёмов и тактических действий и одновременно содействуют воспитанию физических качеств. Выполняются такие упражнения, как правило, с полной мобилизацией двигательных способностей.

Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Используются такие игры как: игры «Удочка», «Кошки-мышки», «У кого мяч?», «Классы», "Солнце и месяц", «Море волнуется», «Построй шеренгу, круг, колонну», «Гонка мячей», «Бой петухов», «Скатывание шаров», «Залп по мишени», «Осада снежной крепости»,

2. Игры на внимание отражают реальные факты или события, но обычное раскрывается через необычное, простое — через загадочное, трудное — через преодолимое, необходимое - через интересное. Все это происходит в игре, в игровых действиях, становится близким ребенку, радует его. Цель игры – усилить впечатление, обратить внимание детей на то, что находится рядом, но не замечается ими. Также они обостряют внимание, наблюдательность, осмысление игровых задач, облегчают преодоление трудностей и достижение успеха.

В играх на внимание содержится комплекс разнообразной деятельности детей: мысли, чувства, переживания, сопереживания, поиски активных способов решения игровой задачи, подчинение их условиям и обстоятельствам игры, отношения детей в игре.

Используются такие игры как: игра «Правильно – неправильно», «Пустое место», «У ребят порядок строгий», «Группа смирно!», «Мяч соседу», «Угадай, чей голосок», «Краски», «Земля, вода, воздух, ветер», «Ручеек», «Успей занять место»

3. Общеразвивающие игры: «Карусель», «Замри», «На прогулку», «Третий лишний», «Ларынец» – «Юла», «Тухланларынец» – «Летающая вертушка»

Самостоятельные игры и развлечения. Помощь в организации и проведении подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах, в рекреации, в классе).

Формирование осанки: ходьба на носках, виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; про бегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку.

Развитие быстроты: выполнение беговых упражнений, бег с горки; бег на перегонки, ускорение из разных исходных положений.

Развитие выносливости: равномерный бег с чередующейся с ходьбой, бег с ускорениями.

Развитие координации движений: стойка на одной ноге (попеременно); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на одной и двух ногах.

4. Комплексы общеразвивающих упражнений

Комплекс № 1 (без предметов), комплекс № 2 (с гимнастической палкой), комплекс № 3 (с мешочком), комплекс № 4 (с флажками), комплекс № 5 (со скакалкой), «Вырастем большими», «Клён», «Лесорубы», «Мишка на прогулке», комплекс общеразвивающих упражнений «Разминка танцора», комплекс упражнений в равновесии «Дорожка».

Динамическая пауза как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья детей: ходьба, бег, прыжки, как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Подвижные игры. На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

Учебно-тематический план

п/п	Название раздела	Кол-во часов		
		теоретических	практических	всего
	Техника безопасности	1		1
	Подвижные игры		11	11
	Игры на внимание		5	5
	Общеразвивающие игры		10	10
	Комплексы общеразвивающие		6	6
	Итого:	1	32	33

Тематическое планирование

№ занятий	Тема
1	Вводный урок. Игра с элементами ОРУ "Класс, смирно!"
2	Игра с элементами ОРУ: "Запрещенное движение"
3	Игры с бегом: "Конники - спортсмены", "Гуси - лебеди"
4	Игры с прыжками "Попрыгунчики-воробушки". Разучивание и закрепление
5	Игры с элементами ОРУ: "Перемена мест", "День и ночь! -разучивание.
6	Игры с прыжками: "Попрыгунчики-воробушки" – повтор. "Прыжки по полоскам"-разучивание
7	Игры с бегом: "Два мороза" – разучивание. Национальная игра "В раю оленьих троп" разучивание

8	Игры с мячом: "Перемени мяч", "Ловушки с мячом"-разучивание
9	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай" -разуч.
10	Игры с мячом: "Кто дальше бросит", "Метко в цель"
11	Игры с бегом: "Салки", "К своим флажкам!", Национальная игра "В раю оленьихтроп"
12	Игры в снежки: "Защитники крепости", "Нападение акулы"
13	"Быстрые упряжки"
14	Игры на санках. "На санки", "Гонки санок"
15	Игры на санках "Трамвай" "Пройди и не задень"
16	Игры у гимнастической стенки: "Альпинисты", "Невидимки"-разучивание
17	Эстафета с лазаньем и перелезанием.
18	Игры у гимнастической стенки -повтор
19	Игры с прыжками: "Удочка", "Прыгающие воробушки". "Быстрый олень": прыжки через нарты. разучивание
20	Игры с лентами (веревочкой): Поймай ленту", Удав стягивает кольцо-разучивание

21	Игры с элементами прыжков в длину: "Через ручеек"- "Быстрый олень: прыжки через нарты.
22	Игры у гимнастической стенки – по выбору детей., игры: «Карусель», «Замри»
23	Игры с бегом: "К своим флажкам", "Пятнашки"-разучивание
24	Игры с бегом: "Два Мороза", "Гуси-лебеди"
25	Игры с мячом (с элементами футбола и пионербола):"Обведи меня", "Успей поймать"- разучивание
26	Игры с мячом: "Играй, играй - мяч не теряй", "Мяч водящему"
27	Игры с мячом: "У кого меньше мячей", "Мяч в корзину"
28	Игры-эстафеты с бегом и мячом
29	Игры с прыжками: "Попрыгунчики-воробушки" – повтор. "Прыжки по полоскам"-повтор.
30	Игры с бегом: "К своим флажкам", "Пятнашки"-повтор
31	Игры с обручами: "Упасть не давай", "Пролезай - убегай"-повтор
32	Игра-соревнование "Веселые старты"
33	Игры с мячом (с элементами футбола и пионербола): "Обведи меня", "Успей поймать"-повтор.

2 класс (34 часа)

1. «Игры с элементами бега»

В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

2. «Игры-хороводы»

Многие игры-хороводы с изображением трудовых процессов, с традициями быта, обряда и ритуалами, устарели и остались как фольклорные игры тех времен. Но совсем хороводы не исчезли: они приняли другие, более современную форму и содержание, более близкие современным условиям жизни, остались и старые хороводы с несколько измененным содержанием.

3. «Игры с элементами прыжков»

В этот раздел вошли игры, которые помогают детям освоить навыки прыжков на одной, двух ногах; прыжки через скакалку и препятствие.

4. «Настольные игры»

Игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи.

5. «Зимние игры на снеговой площадке»

В этот раздел вошли игры на свежем воздухе в зимнее время. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др.

6. «Ползание и лазанье»

Эти упражнения связаны с перемещением тела ползание, в вертикальном, наклонном, горизонтальном положении с опорой на ноги и руки. Достаточно разнообразные действия, характеризующиеся тем, что в перемещениях участвуют не только ноги, но и руки. Эти упражнения способствуют развитию опорно-двигательного аппарата, укреплению основных групп мышц (особенно косых мышц, мышц живота, стопы и кисти). Кроме того, они оказывают положительное влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную системы, на воспитание гибкости, координации движений, глазомера, а также смелости и других качеств.

7.«Интеллектуальные игры»

Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе.

8.«Игры с мячом»

Умение владеть мячом – держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски.

9. «Игры, развивающие равновесие»

Выбор коррекционных упражнений в каждом конкретном случае зависит от соматического состояния, уровня физического развития, анализа дефектов моторики, индивидуальных особенностей каждого ученика.

10. Итоговые занятия

Дети вспоминают все игры, с которыми они познакомились в течение года. Играют в понравившиеся игры.

Учебно-тематический план

п/п	Название раздела		
		теоретических	практических
	«Игры с элементами бега»		5
	«Игры-хороводы»		3
	«Игры с элементами прыжков»		6
	«Настольные игры»		4
	«Зимние игры на снеговой площадке»		2
	«Ползание и лазанье»		2
	«Интеллектуальные игры»		2
	«Игры с мячом»		4
	«Игры, развивающие равновесие»		4
	Итоговые занятия		2
	Итого:		34

Тематическое планирование

№ занятий	Тема
1	Вводное теоретическое занятие
2	«Бабочки»
3	«Цыплята и наседка»
4	«Быстрее-медленнее»
5	«Бежим к Кате»
6	«Уж мы сеяли лен, пригова-ривали»
7	«Ходим кругом»
8	«Золотые ворота»
9	«Воробьишки»
10	«Лягушата»
11	«Лиса и виноград»
12	«Выше ноги от земли»
13	«Моя любимая игра»
14,15	Лото, детское домино, шашки.
16,17	Игра в снежки, лепка снежных баб, крепостей.
18	«Лягушки в болоте»
19	«Добрые жуки»
20	«Волк и зайцы»
21	«Паучки»
22	Викторина «Спорт в мультфильмах»

23	Видеоролики о спортивных играх
24	«Съедобное - несъедобное»
25	«Лисички и Белочки»
26	«Вышибалы»
27	«Болото»
28	«Выше ноги от земли»
29-30	Игры на свежем воздухе «Пионерболл», «Вышибалы», «Цепи кованые»
31,32	«Настольные игры»
33-34	Итоговые занятия

3 класс (34 часа)

1.«Игры-догонялки»

Простые и усложненные-догонялки, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок, в которых один ловит всех, и кончая сложными салками, в которых одна команда догоняет другую, разные условия и разные правила.

2.«Игры – поиски»

Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игр способствует отдыху участников игр после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

3.«Игры с быстрым нахождением своего места»

В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

4.«Зимние игры на снеговой площадке»

В этот раздел вошли игры на свежем воздухе в зимнее время. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки,

выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др.

5.«Настольные игры»

Игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи.

6.«Игры с сопротивлением и борьбой»

Игры направленные на развитие силовых качеств, умение следовать алгоритму действий.

7.«Интеллектуальные игры»

Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе. Экскурсия помогает ребятам познакомиться со спортивными секциями посёлка.

8.«Игры на свежем воздухе»

Познакомить детей с новой игрой. Игра помогает всестороннему развитию подрастающего поколения, способствует развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, коллективизм и др.

9.Итоговые занятия

Дети вспоминают все игры, с которыми они познакомились в течение года. Играют в понравившиеся игры.

Учебно-тематический план

п/п	Название раздела		
		теоретических	практических
	«Игры-догонялки»		4
	«Игры – поиски»		3
	«Игры с быстрым нахождением своего места»		2
	«Зимние игры на снеговой площадке»		5
	«Настольные игры»		4
	«Игры с сопротивлением и борьбой»		3

	«Интеллектуальные игры»		5
	«Игры на свежем воздухе»		6
	Итоговые занятия		2
		Итого	34

Тематическое планирование

№ занятия	Тема
1	Вводное теоретическое занятие
2	«Салки-приседалки»
3	«Салки с домом»
4	«У медведя во бору»
5	«Волк во рву»
6	«День и ночь»
7	«Отгадай, кто подходил?»
8	«Слепой и зрячий»
9	«Холодно-горячо»
10	Викторина «В мире спорта»
11	«Море волнуется!»
12	«Птицы, на гнезда!»
13	«Гусек»
14-15	Игра в снежки, лепка снежных фигур.
16-17	Лото, шахматы, детское домино, шашки.
18	«Пригибание руки»
19	«Коршун и наседка»

20	«Поймай последнего»
21	«Собери пословицу»
22	Викторина «Спорт вокруг нас»
23-24	Спортивные секции нашего посёлка
25-26	«Лапта»
27-28	«Игры на свежем воздухе»
29-30	«Игры народов мира» просматривание видеороликов и презентаций
31-32	Весёлые старты
33-34	Итоговые занятия

4 класс (34ч.)

«Игры на свежем воздухе»

Игра помогает всестороннему развитию подрастающего поколения, способствует развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, коллективизм и др

«Игры-догонялки»

Простые и усложненные-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок, в которых один ловит всех, и кончая сложными салками, в которых одна команда догоняет другую, разные условия и разные правила.

«Игры народов мира»

В ходе просматривания видеороликов и презентаций, дети знакомятся с некоторыми играми народов, населяющих Россию.

Детские народные игры отличаются непосредственностью и простотой. Вместе с тем в простых по форме и на первый взгляд наивных по содержанию играх дети постоянно изображают труд взрослых, их взаимоотношения в процессе труда.

«Игры на внимание»

В этом разделе подобраны игры на развитие сообразительности, быстроты реакции, ориентировки.

Участников игр следует побуждать к активным, решительным действиям.

Совершенствовать навыки работы с мячом, внимательность.

«Игры на свежем воздухе в зимний период»

На этом занятии дети знакомятся с зимними видами спорта, беседуют о любимых развлечениях зимой на улице. Задача учителя выявить на чём (санки, лыжи, коньки) дети предпочитают кататься.

Применение игр на лыжах очень разнообразно. На уроках лыжной подготовки и в школьной секции лыжного спорта игры и игровые задания применяются при обучении и совершенствовании техники способов передвижения на лыжах, и при развитии физических качеств. Вместе с тем игры на лыжах необходимо широко включать в различные физкультурно-массовые мероприятия на лыжах - в программу зимних праздников, вылазок и прогулок на лыжах.

«Занятия-инсценировки»

Этот прием делает процесс обучения интересным и занимательным, создаёт у детей бодрое рабочее настроение, облегчает преодоление трудностей. Разнообразные игровые действия, в ходе которых решается та или иная умственная задача, поддерживают и усиливают интерес детей к занятиям. Увлечшись, дети не замечают трудностей. Даже самые пассивные из детей включаются в процесс

«Игры на свежем воздухе»

Физические упражнения на природе чрезвычайно благоприятны для совершенствования многих движений детей, развития их двигательных качеств. Широкий простор позволяет двигаться активно, свободно, непринужденно, что способствует развитию сноровки, ловкости, выносливости ребенка. На открытых лужайках дети могут двигаться с большой скоростью, не опасаясь ни на что натолкнуться.

Итоговые занятия

Дети вспоминают все игры, с которыми они познакомились в течение года. Играют в понравившиеся игры.

Учебно-тематический план

п/п	Название раздела		
		теоретических	практических
	«Игры на свежем воздухе»		6
	«Игры-догонялки»		4
	«Игры народов мира»		3
	«Игры на внимание»		4
	«Игры на свежем воздухе»(зимой)		5
	«Занятия-инсценировки»		5
	«Игры на свежем воздухе» Общеразвивающие комплексы		5
	Итоговые занятия		2
	Итого:		34

Тематическое планирование

№ занятия	Тема
1	Вводное теоретическое занятие
2	Лапта.
3	«Дедушка Мазай»
4	«Уголки»
5	«Два Мороза»
6	«Третий лишний»
7	Познавательная беседа «Игры народов мира»
8	Мордовская народная игра «Ворона».

9	Эстонская народная игра «Сторож»
10	Русская народная игра «Жмурки»
11	«Весёлые старты»
12	«Караси и щуки»
13	«Мяч среднему»
14	«Мяч ловцу»
15	Викторина с элементами видеороликов. «Зимние виды спорта»
16	«Сороконожка на лыжах»
17	«Лыжные врата»
18	«Догонялки на лыжах»
19	«Салки шайбой»
20	«Кто дальше?»
21	«Весёлые туристы»
22	«В гостях у Нептуна»
23	«Астронавты»
24	«Спортландия»
25	«Морские волки»
26	«Арам-шим-шим»
27	«А какой твой цвет?»
28	«Застывшее королевство»
29	«Малайский волейбол»
30	Игры на свежем воздухе «Салки с защитником»
31-32	Весёлые старты
33-34	Итоговые занятия

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524486

Владелец Бызова Юлия Петровна

Действителен с 09.02.2026 по 09.02.2027