

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Володарская средняя школа  
(МОУ Володарская СШ)

РАССМОТРЕНА на заседании ШМО учителей естественно- математического цикла Протокол от « 25 » августа 2023г. № 1 Руководитель ШМО _____ / <u>Л.А.Юсибова</u>	СОГЛАСОВАНА Заместитель директора по воспитательной работе _____ / <u>Т.Ф.Шмаранова</u> / «28» августа 2023г.	УТВЕРЖДЕНА Директор МОУ Володарской СШ _____ / <u>Н.В.Севрюкова</u> / Приказ от «29» августа 2023г.  № 250
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### **Рабочая программа внеурочной деятельности**

**Наименование курса внеурочной деятельности:** Подвижные игры

**Направление внеурочной деятельности:** Спортивно-оздоровительное

**Срок реализации программы:** 1 год

**Возраст обучающихся:** 7 - 8 лет

**Количество часов по плану:** всего 34 часа в год;  
в неделю 1 час

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

### **Личностные результаты:**

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### **Метапредметные результаты:**

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- 7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием учебного предмета;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

### **Предметные результаты**

1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для 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;

2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

**Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.**

### **Подвижные игры (16 часов)**

Подвижные игры: «Разведчики», «Кузнечики». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы. Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Быстрая тройка», «Круговая лапта». Подвижные игры: «Весёлая скакалка», «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». Разучивание игр «Мышеловка», «Командные салки». Эстафета по кругу.

Разучивание игр «Поезд», «Горелки». Эстафета «Кто быстрее». Соревнования по подвижным играм. Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Разучивание игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».

Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Разучивание игры «Быстро в строй», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната. Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки».

Самостоятельные игры. «Не намочи ног». Разучивание игры «Береги предмет», «Кто первый через обруч к флажку?» «Пустое место», «С кочки на кочку», «Метание в цель».

Игры по выбору. «Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору. Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее». Весёлые старты. Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.

### **Зимние виды игр (10 часов)**

Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору. «Гонки санок», «Попади в цель». Катание на лыжах. «Быстрые упряжки», «На санки», катание на коньках. Игры по выбору.

Катание на лыжах. «Поменяй флажки», «Через препятствия» Катание на лыжах. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки» Катание на лыжах и санках.

Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето». Эстафета на лыжах.

Самостоятельные игры. Игры по выбору: катание на коньках, снежки, катание на санках с ледяных горок. Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, катание на коньках. Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен» Самостоятельные игры. Зимняя эстафета.

### **Спортивные эстафеты (8 часов)**

«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол. «Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу.

Игры по выбору: ручной мяч. «Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры. «Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай».

Эстафета «Паровозик». «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «Через ручеёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору. Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета. «Весёлые старты».

## **Формы организации и виды деятельности**

### **Формы:**

Групповая форма предусматривает одновременное выполнение в нескольких группах разных заданий.

Игровая форма предусматривает выполнение заданий в процессе игры

Индивидуальная форма предусматривает выполнение ребенком отдельных упражнений или заданий, необходимых для усвоения или закрепления предметного материала.

### **Виды деятельности:**

спортивные соревнования

конкурсы,

спортивные праздники,

игровые программы.

**Календарно-тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждого раздела.**

№ п/п	Дата		Название раздела, темы	Количество часов
	план	факт		
<b>Подвижные игры (16 часов)</b>				
1	06.09		Подвижные игры: «Разведчики», «Кузнечики». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	1
2	13.09		Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Быстрая тройка», «Круговая лапта».	1
3	20.09		Подвижные игры: «Весёлая скакалка», «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу.	1
4	27.09		Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	1
5	04.10		Разучивание игр «Мышеловка», «Командные салки». Эстафета по кругу.	1
6	18.10		Разучивание игр «Поезд», «Горелки». Эстафета «Кто быстрее». Соревнования по подвижным играм.	1
7	25.10		Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки».	1
8	01.11		Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу.	1
9	08.11		Разучивание игры «Быстро в строй», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	1
10	15.11		Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр «Не намочи ног».	1
11	29.11		Разучивание игры «Береги предмет», «Кто первый через обруч к флажку?»	1
12.	06.12		Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры.	1
13.	13.12		«Пустое место», «С кочки на кочку», «Метание в цель». Игры по выбору.	1
14.	20.12		«Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.	1
15.	27.12		Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее». Весёлые старты.	1
16.	10.01		Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.	1
<b>Зимние виды игр (10 часов)</b>				
17.	17.01		Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору.	1
18.	24.01		«Гонки санок», «Попади в цель».	1
19.	31.01		Катание на лыжах. «Быстрые упряжки», «На санки», катание на коньках. Игры по выбору.	1
20.	07.02		Катание на лыжах. «Поменяй флажки», «Через препятствия»	1
21.	14.02		Катание на лыжах. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки»	1
22.	28.02		Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди	1

			и не задень», «Зима и лето».	
23.	<b>06.03</b>		Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: катание на коньках, снежки, катание на санках с ледяных горок.	<b>1</b>
24.	<b>13.03</b>		Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, катание на коньках.	<b>1</b>
25.	<b>20.03</b>		Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен» Самостоятельные игры.	<b>1</b>
26	<b>27.03</b>		Зимняя эстафета.	<b>1</b>
<b>Спортивные эстафеты ( 8 часов)</b>				
27.	<b>03.04</b>		«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.	<b>1</b>
28.	<b>17.04</b>		«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол	<b>1</b>
29.	<b>17.04</b>		«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.	<b>1</b>
30.	<b>24.04</b>		«Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.	<b>1</b>
31.	<b>01.05</b>		«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик».	<b>1</b>
32.	<b>08.05</b>		«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «Через ручеёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору.	<b>1</b>
33.	<b>15.05</b>		Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву».	<b>1</b>
34	<b>22.05</b>		Комбинированная эстафета. «Весёлые старты».	<b>1</b>



--	--	--	--	--	--