

Управление народного образования Администрации Камбарского района  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Ершовская средняя общеобразовательная школа»

Утверждаю  
Директор МБОУ «ЕСОШ»  
\_\_\_\_\_ Балтина Т.А.  
Приказ № \_\_\_\_\_ 98 \_\_\_\_\_  
от «\_\_01\_\_» \_\_\_\_\_ 09 \_\_\_\_\_ 2022г.

Принята на заседании  
педагогического совета  
протокол № \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_  
от «01\_\_» \_\_\_\_\_ 09 \_\_\_\_\_ 2022г.

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
объединения «Подвижные игры»  
(физкультурно-спортивная направленность)

Возраст обучающихся: 7 – 8 лет  
Срок реализации: 1 год  
Автор – составитель:  
Лошкарева Ольга Степановна,  
педагог дополнительного образования

с. Ершовка, 2022г.

## Пояснительная записка

- Федеральный Закон РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утв. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПин 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года №699 «Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике»;
- Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018г. № 16);
- Устав МБОУ «ЕСОШ»

Направленность – физкультурно-спортивная

Уровень программы – стартовый (ознакомительный)

Программа «Подвижные игры» реализуется в 1 класса и направлена на физкультурно- спортивное оздоровление детей.

Реализация внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и

различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

**Актуальность программы** в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей. Новизна данной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия русского народа. Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряженной умственной работы, способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению.

**Новизна** программы состоит в личностно - ориентированном обучении. Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению «Подвижные игры» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребёнка. Включает в себя, как теоретическую – изучение полезных и вредных привычек, так и практическую части – организация подвижных игр.

Адресат программы: учащиеся в возрасте от 7 до 8 лет. Наполняемость группы 7 – 13 человек.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Игры содействуют воспитанию коллективизма, силы воли, стремление к победе, взаимопомощи. Игра развивает наблюдательность, внимание, умение владеть собой, подчиняться правилам. Всё это необходимо человеку в его будущей жизни. Для того, чтобы быть принятым обществом и стать его активным членом, ребёнок должен правильно реагировать на различные жизненные ситуации: доброжелательно относиться к окружающим, контролировать свои эмоции.

Безусловно, подвижные игры воспитывают умение взаимодействовать с партнером, поддерживать единство группы, выполнять правила и подчиняться им. Подвижные игры, являясь прекрасным средством развития и совершенствования движений детей, укрепления и закалывания их организма, доставляют им много радости и веселья.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

### **Место курса в учебном плане:**

Основной формой работы в кружке является групповое занятие по расписанию.

На реализацию курса «Подвижные игры» отводится 68 ч в год (2 часа в неделю).

### **Режим работы.**

Занятия проводятся по 40 мин:

- во вторник – 9.35 - 10.15
- в четверг - 9.35 - 10.15

90% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся на свежем воздухе или в спортзале. Остальное время распределено на тематические беседы. Которые занимают 5-7 мин в начале занятия.

Для успешной реализации программы использованы Интернет-ресурсы, разработки внеклассных мероприятий, презентации, видеоролики и т.п.

Каждое занятие должно приносить детям чувство удовлетворения, лёгкости и радости. Введение игры в занятие позволяет сохранить специфику психологии детей младшего школьного возраста.

### **Цель и задачи программы.**

#### **Цели программы:**

- ✓ создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
- ✓ приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

#### **Задачи, решаемые в рамках данной программы:**

- ✓ обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- ✓ познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- ✓ профилактика вредных привычек;
- ✓ воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням;

- ✓ развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- ✓ воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

### Учебно – тематический план

| №          | Название раздела, темы           | Количество часов |        |          | Формы аттестации и контроля         |
|------------|----------------------------------|------------------|--------|----------|-------------------------------------|
|            |                                  | всего            | теория | практика |                                     |
| Раздел № 1 |                                  |                  |        |          |                                     |
| 1.1        | Подвижные игры                   | 34               | 1      | 33       | Умение самостоятельно провести игру |
| Раздел № 2 |                                  |                  |        |          |                                     |
| 2.1        | Игры на свежем воздухе, на лыжах | 11               | 1      | 10       | Анкетирование                       |
| Раздел № 3 |                                  |                  |        |          |                                     |
| 3.1        | Народные игры                    | 12               |        | 12       | Умение самостоятельно провести игру |
| Раздел № 4 |                                  |                  |        |          |                                     |
| 4.1        | Игры - эстафеты                  | 11               | 1      | 10       | Мониторинг                          |
|            |                                  | 68               | 3      | 65       |                                     |

### Содержание программы

*Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и заканчивая сложными салками, разные условия и разные правила.

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

*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.

#### **Цели изучения по каждому разделу**

##### **«Русские народные игры»**

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

##### **«Игры и эстафеты на лыжах»**

Цели: познакомить ребят с играми и эстафетами, которые можно использовать на лыжах. Развивать силу, ловкость и другие физические способности. Воспитывать упорство и выносливость при ходьбе и беге на лыжах.

Подбирать соответствующую одежду для игры на воздухе и следить на правильным дыханием.

##### **«Подвижные игры»**

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

##### **«Эстафеты»**

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности.

## Содержание программы Подвижные игры 1 класс (68 часов)

|          | № | Тема занятия  | Цель и содержание занятия  | Количество часов | Контроль                                  | Оборудование                      |
|----------|---|---|--|------------------|---|-----------------------------------|
| СЕНТЯБРЬ | 1 | Формирование знаний и представлений об игре.  | Формирование знаний об истории возникновения подвижных игр. Игры «По местам», «Ровный круг» и «У ребят порядок строгий»  | 1                | Следить за правильностью построения       | Мяч, свисток.                     |
|          | 2 | Техника безопасности во время проведения подвижных игр. Игра «Пятнашки», «Хитрый повар»               | Формирование знаний и представлений о правилах безопасности и поведения на уроках при занятии подвижными играми. Дать общее представление об основных понятиях и правилах. Т/б при занятии играми. | 1                | Соблюдать ТБ                              | Кубики, свисток                   |
|          | 3 | Остановка в движении в прыжке. Игра «Воробьи и кошка».  | Т/Б при играх с прыжками. Игры с прыжками. Разучить игры на основе прыжков «Воробьи и кошка».  | 1                | При прыжках ноги ставить вместе           |                                   |
|          | 4 | Знакомство со спортивным инвентарём. Игра «Ловишка».  | Формировать знания и представления о разновидностях спортивного инвентаря и оборудования. Игры «Мы весёлые ребята», «Ловишка».   | 1                | Правила пользования спортивным инвентарём | Мяч, обручи, скакалки, кубики.    |
|          | 5 | Прыжки с продвижением. Игры «Волк во рву», «Воробьи и кошка».   | Через игру учить прыжкам на двух ногах месте и с продвижением вперёд. Игры «Волк во рву», «Воробьи и кошка».   | 1                | Правильность выполнения прыжков.          | Свисток, маски.                   |
|          | 6 | Формировать знания и представления о правильной осанке. Игра - эстафета «Эстафета зверей»             | Формировать знания и представления о правильной осанке. Игры «Ловля обезьян», «Эстафета зверей», «Конники и спортсмены»  | 1                | Следить за осанкой.                       | Маски, свисток.                   |
|          | 7 | Развитие волевых качеств. Для чего нужны правила в игре? Игры «Обезьяны и охотник», «Собери хвостики» | Для чего необходимо соблюдать правила игры. Основные знания правил подвижных игр.  | 1                | Соблюдать правила гр.                     | Свисток<br>Материал для хвостиков |

|                                 |    |   |   |   |  |                                     |
|---------------------------------|----|---|---|---|--|-------------------------------------|
|                                 | 8  | Двигательный режим школьника. Игры «Пустое место», «Мед и пчелы».   | Формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.<br>Игры «Пустое место», «Мед и пчелы», «Удочка»  | 1 | Самоконтроль учащихся                        | Учебники Ляха «Физическая культура» |
| О<br>к<br>т<br>я<br>б<br>р<br>ь | 9  | Двигательный режим школьника. Игровое упражнение "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники". | Формировать знания и представления о двигательном режиме младшего школьника.<br>Игровое упражнение "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники". | 1 | Самоконтроль учащихся                        | Учебники Ляха «Физическая культура» |
|                                 | 10 | Формирование знаний о правильном дыхании.   | Формирование знаний о правильном дыхании. Упражнения на дыхание. Разные виды дыхания. Игра «Протяни ниточку».   | 1 | Следить за дыханием.                         | Пушинки                             |
|                                 | 11 | Формирование знаний о правильном дыхании. Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо".                                  | Следить за дыханием во время игр. Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо".  | 1 | Следить за дыханием.                         | Пушинки                             |
|                                 | 12 | Формирование знаний о соблюдении режима дня.  | Формировать знания и представления о необходимости выполнения УГ и режиме дня школьника.<br>Упр. и игры на осанку «Бег сороконожек», «Совушка».                                     | 1 | Соблюдение правил игры                       | Мячи, свисток.                      |
|                                 | 13 | Соблюдение режима дня. Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".  | Формировать знания и представления о необходимости выполнения УГ и режиме дня школьника. Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".  | 1 | Соблюдение правил игры                       | Мячи, свисток.                      |
|                                 | 14 | Игры и упражнения на осанку. Игры «Мяч соседу», «Охотники и утки»   | Игры и упражнения на осанку. Беседа по учебнику «Физическая культура». Игры «Мяч соседу», «Охотники и утки»   | 1 | Самостоятельно следить за правильной осанкой | Учебники Ляха «Физическая культура» |
|                                 | 15 | Упражнения на развитие правильной осанки.   | Беседа «Правильная осанка – залог твоего здоровья»<br>Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", игра малой подвижности "Угадай, чей голосок".                      | 1 | Самостоятельно следить за правильной осанкой | Учебники Ляха «Физическая культура» |
|                                 | 16 | Безопасное поведение при играх с мячом.   | Формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при играх с мячом. Т/Б при играх с мячом.<br>Игры «Мяч соседу», «Охотники и утки», «Передал - садись».        | 1 | Следить за осанкой                           | Мел, мяч, свисток.                  |

|                            |    |  |   |   |                                     |                                     |
|----------------------------|----|--|---|---|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Н<br>О<br>Я<br>Б<br>Р<br>Ь | 17 | Безопасное поведение при играх с мячом.  | Формирование реакции и представления о правилах безопасного поведения при играх с мячом. Т/Б при играх с мячом. Подвижная игра "Ловишки", эстафета "Передача мяча в колонне". | 1 |                                     |                                     |
|                            | 18 | Закаливание организма. Игра «Береги ленту».  | Формирование знаний о пользе закаливания организма в осеннее время года. Игры на формирование быстроты реакции «Береги ленту», «Перелёт птиц».                                | 1 | Соблюдение правил обращения с мячом | Цветные ленточки, маски.            |
|                            | 19 | Закаливание организма. П. Игра "Будь ловким", игра средней интенсивности "Фигуры". | Виды закаливания. Подвижная игра "Будь ловким", игра средней интенсивности "Фигуры".  | 1 |                                     |                                     |
|                            | 20 | Формирование знаний о закаливании организма. Игра «Два Мороза»                     | Формирование знаний о закаливании организма. Игра «Два Мороза».   | 1 | Соблюдение правил игры              | Учебники Ляха «Физическая культура» |
|                            | 21 | Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде       | Формировать знания о личной гигиене.». Подвижная игра "Ключи".  | 1 | Соблюдение правил игры              | Учебники Ляха «Физическая культура» |
|                            | 22 | Знакомство с доктором Чистая вода.   | Познакомить детей с доктором Чистая вода. Игры на внимание «Копна, тропка, кочка», «Жмурки», «Затейник»   | 1 | Соблюдение правил игры              | Платок, свисток.                    |
|                            | 23 | Беседа «Правильно ли я употребляю воду?».  | Воспитывать у детей бережное отношение к воде. Подвижная игра "Мяч в воздухе", игра малой подвижности "Кто ушел?".  | 1 |                                     |                                     |
|                            | 24 | Знакомство с доктором Физическая активность.                                       | Знакомство с доктором Физическая активность. Игры с мячом - «Мяч в воздухе», «Передача мяча в колонне».   | 1 | Выявить самых внимательных          | Мячи, свисток                       |
| ДЕК<br>АБ<br>РЬ            | 25 | Активность детей в режиме дня.   | Воспитывать активный отдых детей на природе. Подвижная игра "Медведи и пчелы", игра малой подвижности "Угадай, чей голосок".  | 1 | Выявить самых внимательн.           | Мячи, свисток                       |
|                            | 26 | Доктор – правильное питание.   | Знакомство с доктором Правильное питание. Игры на внимание «Съедобное, несъедобное», «Угадай, чей голос», «Затейник»  | 1 | Правильность в передаче мяча        | Платок..                            |

|                                 |    |   |  |   |                                     |                  |
|---------------------------------|----|---|--|---|-------------------------------------|------------------|
| Д<br>Е<br>К<br>А<br>Б<br>Р<br>Ь | 27 | Беседа «Самое сладкое – самое вредное»                              | Воспитание ответственного отношения к пище. Подвижная игра "Ловишки", эстафета "Передача мяча в колонне".  | 1 | Текущий контроль                    | Мячи             |
|                                 | 28 | Доктор Активный отдых. Игры с лазанием                              | Знакомство с доктором Активный отдых. Упр. и игры с лазанием «Разведчики», «Альпинисты». (Соблюдать правила поведения при лазании)   | 1 | Выявить самых внимательных          | Резинка, музыка. |
|                                 | 29 | Беседа: «Основы строения и функций организма». Игра "Кто быстрее?". | Формировать знания о своём организме. ». Игра "Кто быстрее?". Игры с мячом «Мяч по кругу».   | 1 | Выявить самых внимательных          | Свисток музыка.  |
|                                 | 30 | Зимние игры на свежем воздухе.                                      | Формировать знания и представления о правилах поведения при играх зимой на улице. Закаливание организма.   | 1 | Следить за постановкой рук и ног.   | Цветные шарфы.   |
|                                 | 31 | ТБ. Игровое упражнение "Снежинки летят".                            | Соблюдение ТБ при использовании лыжного инвентаря. Игры «Снежки летят», «Два Мороза».  | 1 | Соблюдать правила                   |                  |
|                                 | 32 | Игры на лыжах.  | Учить правилу поведению на лыжне, правильному скольжению и падению на лыжне и с горки. Игры на скольжение и спуск со склона «Быстрый лыжник», «Поезд», «Проеду через ворота». ТБ на лыжах. | 1 | Соблюдать правила поведения         | лыжи             |
| Я<br>Н<br>В<br>А<br>Р<br>Ь      | 33 | Зимние забавы.  | Соревнования на санках.  | 1 | Соблюдение т/б при играх на санках. | Лыжи флажки      |
|                                 | 34 | Игры со снежками  | «Попади в цель»  | 1 | Соблюдать правила                   |                  |
|                                 | 35 | Круговая эстафета на лыжах.   | Через игры и эстафеты отработка умений и навыков скольжения. Эстафеты круговые, игры «Собери флажки», «Кто быстрее»  | 1 | Правила соревнований                | Лыжи флажки      |
|                                 | 36 | Обучение повороту на месте вокруг пяток лыж - "нарисуем веер".      | Развивать координацию движений и умение ориентироваться на лыжах.  | 1 | Правила соревнований                | Лыжи, флажки.    |

|                                 |   |  |   |                                 |  |                              |
|---------------------------------|---|--|---|---------------------------------|--|------------------------------|
| Я<br>Н<br>В<br>А<br>Р           | 37  | Линейная эстафета.   | Отработка навыков скольжения. Линейная эстафета на лыжах. Эстафета с санками.   | 1                               | Правила соревнований                   | Лыжи, флажки.                |
|                                 | 38  | <u>Игра "Кто самый быстрый?"</u>                                 | Развитие скоростных качеств на лыжах. Игра "Кто самый быстрый?"   | 1                               | Правила соревнований                   | Лыжи, флажки.                |
|                                 | 39  | Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!                | «Здоровое питание – отличное настроение». Игры «Докатись до флажка», «Прокатись под воротиками»                               | 1                               | Широкий шаг, при ходьбе, работа руками | Карточки проектор            |
| Ф<br>Е<br>В<br>Р<br>А<br>Л<br>Ь | 40  | Круговая эстафета на лыжах.                                      | Развитие скоростных качеств на лыжах. Эстафета.   | 1                               | Правила соревнований                   | Лыжи, флажки.                |
|                                 | 41  | Спортивный праздник  | Игровая программа «Богатырская сила»  | 1                               | Игра - практикум                       | Лыжи, флажки.                |
|                                 | 42  | Беседа: «Как избежать травмы». Игра «Вызов номеров»              | Уметь правильно вести себя при неожиданных ситуациях. Подвижная игра "Совушка", игра малой подвижности "Угадай, чей голосок". | 1                               | Соблюдать правила игры                 | Флажки скакалки              |
|                                 | 43  | Знакомство с русскими народными играми.                          | Знакомство с русскими народными играми на улице. История возникновения игр.   | 1                               | Соревнования                           | Санки флажки                 |
|                                 | 44  | Подвижная игра "Жмурки", игра малой подвижности "Найди предмет". | Подвижная игра "Жмурки", игра малой подвижности "Найди предмет".  | 1                               | Соблюдать правила игры                 | Флажки скакалки              |
|                                 | 45  | Игры – эстафеты.   | Игры – эстафеты. Разучивание игр-эстафет «Команда быстроногих», эстафеты со спортивным инвентарём.                            | 1                               | Соблюдать правила игры                 | Мячи, кубики Флажки скакалки |
|                                 | 46  | Подвижная игра "Пустое место", «Третий лишний»                   | Развитие быстроты и ловкости во время игр. Подвижная игра "Пустое место", «Третий лишний»                                     | 1                               | Соблюдать правила игры                 |                              |
|                                 | 47  | «НЕТ вредным привычкам». Игра «Хвостики»                         | «НЕТ вредным привычкам». Просмотр презентации и беседа о вреде курения.   | 1                               | Следить за правилами выполнения        | Проектор                     |
| 48                              | Эстафета – соревнование «Самый ловкий, самый быстрый» | Выявление быстрых и ловких ребят.                                | 1   | Следить за правилами выполнения | Спортивный инвентарь                   |                              |

|                            |    |   |  |   |                                       |                        |
|----------------------------|----|---|--|---|---------------------------------------|------------------------|
| М<br>А<br>Р<br>Т           | 49 | Эстафета с разного вида мячами.   | Правильное ведение мяча, умение делать поворот с мячом, не беря его в руки, подбрасывать вверх и ловить в воздухе и т.д.           | 1 | Следить за правилами выполнения       | Мячи                   |
|                            | 50 | Полезные привычки в питании. Играм на внимание «Съедобное, не съедобное»  | Полезные привычки в питании. Овощи на твоём столе. Просмотр презентации о правильном питании. Игры на внимание «Это я возьму себе» | 1 | Тематический контроль                 | Проектор               |
|                            | 51 | Профилактика инфекционных мероприятий. Эстафеты с мячом.                  | Ознакомить учащихся с необходимостью мероприятий по профилактике инфекционных мероприятий. Игры «Меткий мяч», «Собери ленты».      | 1 | Тематический контроль                 | Ленты, мячи.           |
|                            | 52 | Подвижная игра "Охотник и зайцы", игра малой подвижности "Эхо".           | Развитие быстроты и ловкости во время игр. Подвижная игра "Охотник и зайцы", игра малой подвижности "Эхо".                         | 1 | Тематический контроль                 | Мяч                    |
|                            | 53 | История русских народных игр.   | Формирование знаний и представлений ребят об истории русских народных игр.   | 1 | Отношение друг к другу во время игры. | Проектор<br>Ноутбук    |
| А<br>П<br>Р<br>Е<br>Л<br>Ь | 54 | История русских народных игр.   | Формирование знаний и представлений ребят об истории русских народных игр. Игра «Цепи - кованы», «Пятнашки»                        | 1 | Отношение друг к другу во время игры. | Лапта, палочки         |
|                            | 55 | Рус. игра "Жмурки", игра малой подвижности "Найди предмет".               | Развитие быстроты и ловкости во время игр Подвижная игра "Жмурки", игра малой подвижности "Найди предмет".                         | 1 | Отношение друг к другу во время игры. | Платок, мягкая игрушка |
|                            | 56 | Подвижная игра "Паук и мухи", игра малой подвижности "Летает, не летает". | Развитие внимания, быстроты и ловкости во время игр. Подвижная игра "Паук и мухи", игра малой подвижности "Летает, не летает".     | 1 | Отношение друг к другу во время игры. | Мяч                    |
|                            | 57 | Подвижная игра «Гори, гори ясно», игра малой подвижности «Ручеёк».        | Развитие внимания, воспитание дружеского отношения в коллективе. Игра «Гори, гори ясно», «Ручеёк».                                 | 1 |                                       |                        |

|                            |    |   |  |   |                                 |   |
|----------------------------|----|---|--|---|---------------------------------|---|
| А<br>П<br>Р<br>Е<br>Л<br>Ь | 58 | Русская игра - «Лапта».                                 | Познакомить с правилами игры.  | 1 | Текущий контроль                | Мяч                                     |
|                            | 59 | Русская игра - «Лапта».                                 | Игра «Лапта»   | 1 | Текущий контроль                | Мяч                                     |
|                            | 60 | Народные игры с мячом!                                  | Разучивание игр с мячом «Гонка мячей по кругу», «Вышибалы», «Пробеги под обстрелом».   | 1 | Текущий контроль                | Мяч                                     |
|                            | 61 | Народные игры с мячом!                                  | Разучивание игр с мячом «Гонка мячей по кругу», «Вышибалы», «Пробеги под обстрелом».   | 1 | Текущий контроль                | Мяч                                     |
| М<br>А<br>Й                | 62 | Подвижная игра "Медведь и пчелы", игра "Мяч в воздухе". | Развивать внимание, находчивость во время игр. Подвижная игра "Медведь и пчелы", игра "Мяч в воздухе".                           | 1 | Следить за правилами игр        | Мяч свисток                             |
|                            | 63 | Эстафеты со спортивными элементами                      | Выявление самой быстрой и ловкой команды.  | 1 | Соблюдение правил соревнований  | Спортивное оборудование                 |
|                            | 64 | Игра - эстафета «всё наоборот»                          | Игрушки, конструкторы, куклы, машинки и т.д. Все задания делаются наоборот.  | 1 | Текущий контроль                | Игрушечный инвентарь                    |
|                            | 65 | Эстафета - соревнования                                 | Проведение спортивной эстафеты на спортивной площадке, с использованием спортивного оборудования.                                | 1 | Соблюдение правил соревнований  | Спортивное оборудование                 |
|                            | 66 | Шуточная– сказочная эстафета                            | Эстафета «сказочных героев» с переодеванием.   | 1 | Текущий контроль                | Костюмы сказочных героев, парики, обувь |
|                            | 67 | Праздник – соревнование.                                | «В здоровом теле – здоровый дух»   | 1 | Выполнение правил соревнований. | Спортивный инвентарь                    |
|                            | 68 | Роль самостоятельных занятий физкультурой.              | Формировать знания и представления о роли самостоятельных занятий физкультурой. Игры «Хитрый повар», «Мяч среднему», «Пятнашки». | 1 | Игра - практикум                | Кубики, мяч.                            |

**Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности**  
**В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 1 класса должны:**

**иметь представление:**

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о пользе активного отдыха;
- о правильном питании;
- о вредных и полезных привычках;
- о различных видах подвижных игр;
- о соблюдении правил игры.

**уметь:**

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;
- играть в подвижные игры;
- применять игры самостоятельно;
- соблюдать правила игры;
- работать в коллективе.

**Формы занятий:**

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- конкурсы
- эстафеты

### **Планируемый результат**

**Личностные результаты.**

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа уважительное отношение к культуре других народов.

**Метапредметными результатами** изучения курса является

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности.
- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности.
- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

**Алгоритм работы с подвижными играми.**

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр

**Формы подведения итогов работы:**

Анкетирование детей

Мониторинг состояния здоровья детей

Умение самостоятельно провести игру

**Условия реализации программы:**





|                                |   |
|--------------------------------|---|
|                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование представлений о ценностях культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурам.</li> </ul>  |
| духовно-нравственное           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование морально-этических ценностей: добро и зло, истина и ложь, дружба и верность, справедливость, милосердие, любовь;</li> </ul>   |
| интеллектуально-познавательное | <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие и коррекция познавательных интересов, расширение кругозора;</li> <li>- формирование устойчивого интереса к знаниям, к творческой деятельности;</li> <li>- формирование социокультуры.</li> </ul>  |
| спортивно-оздоровительное      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование навыков здорового и безопасного образа жизни;</li> <li>- формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;</li> <li>- профилактика вредных привычек;</li> <li>- воспитание позитивного отношения к занятиям спортом.</li> </ul>  |
| социально-трудовое             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование отношения к труду, как жизнеобразующему фактору;</li> <li>- воспитание уважения к людям трудовых профессий;</li> <li>- помощь в профессиональном самоопределении, выявлении способностей;</li> <li>- воспитание стремления творчески подходить к любому труду, добиваться наилучших его результатов;</li> <li>- развитие умений организовывать общественно полезную деятельность на уровне учреждения, микрорайона, города;</li> <li>- формировать чувство бережливости и экономии везде и во всем.</li> </ul>  |
| художественно-эстетическое     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование характера, нравственных качеств, духовного мира обучающихся на основе познания искусства, литературы, фольклора;</li> <li>- развитие творческого мышления, художественных, музыкальных, литературных, хореографических способностей обучающихся;</li> <li>- формирование коммуникативных навыков культурного поведения.</li> <li>- воспитание способностей воспринимать, ценить и создавать прекрасное в жизни и в искусстве;</li> <li>- формирование художественного вкуса, понимания значимости искусства в жизни каждого человека;</li> <li>- воспитание бережного отношения к памятникам искусства и</li> </ul> |

**Основные формы** воспитательной работы по вышеизложенным направлениям:

- экскурсии, походы,
- конкурсы, соревнования, конференции, защита проектов
- родительские собрания,
- индивидуальные консультации с обучающимися и родителями,
- тематические занятия, акции,
- беседы-дискуссии,
- просмотр обучающих видеофильмов.

**4. Ожидаемые результаты воспитательной деятельности**

- возможности обучающихся показать свои способности и добиться каких-либо успехов в мероприятиях учреждения, района, республики;
- создание сплоченного коллектива объединения (с чувством доверия, ответственности друг за друга, взаимоуважения, взаимопомощи);
- наличие положительной динамики роста духовно-нравственных качеств личности обучающегося;
- уровень удовлетворенности родителей и обучающихся жизнедеятельностью объединения.

**5. Работа с обучающимися по профилактике правонарушений**

| №                      | Мероприятия  | Сроки проведения            | Участники                    | Ответственные |
|------------------------|--|-----------------------------|------------------------------|---------------|
| Организационная работа |  |                             |                              |               |
| 1                      | Планирование работы по профилактике правонарушений несовершеннолетних на учебный год   | Сентябрь                    | Педагог ДО                   | Педагог ДО    |
| 2                      | Выявление обучающихся, находящихся в трудной жизненной ситуации, склонных к правонарушениям, употреблению алкоголя и наркотиков, членов неформальных молодежных организаций, составление банка данных на детей, находящихся в трудной жизненной ситуации | Во время изучения программы | Педагог ДО, кл. руководители | Педагог ДО    |
| 3                      | Индивидуальное социально-педагогическое сопровождение детей с проблемами.  | Во время изучения программы | Педагог ДО, кл. руководители | Педагог ДО    |

|                 |  |   |  |               |
|-----------------|--|---|--|---------------|
| 4               | Составление социального паспорта объединения. Корректировка паспорта в конце учебного года.  | Во время изучения программы                           | Педагог ДО, кл. руководители           | Педагог ДО    |
| 5               | Привлечение детей, попавших в трудную жизненную ситуацию, к участию в массовых мероприятиях, конкурсах.  | Во время изучения программы                           | Педагог ДО, учащиеся                   | Педагог ДО    |
| 6               | Участие в родительских собраниях   | Во время изучения программы                           | Педагог ДО, родители, кл. руководители | Педагог ДО    |
| Работа с детьми |  |   |  |               |
| №               | Мероприятия  | Сроки проведения                                      | Участники                              | Ответственные |
| 1               | Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма:<br><br>Участие в акции «Внимание - дети!»<br><br>Беседы по профилактике ДТП.<br><br>Просмотр мультфильм «Скверная история» по произведению С. Михалкова посвященный правилам дорожного движения.  | Сентябрь<br><br>В течение учебного года<br><br>Апрель | Обучающиеся объединения                | Педагог ДО    |
| 2               | Безопасность жизнедеятельности:<br><br>Беседы: «Безопасность на ЖД», «Безопасность в общественных местах», «Безопасность на каникулах», «Безопасность во время массовых мероприятий», «Безопасность на льду», «Безопасность в сети интернет», «Безопасность в быту», «Безопасное поведение на улице» | Во время изучения программы                           | Обучающиеся объединения                | Педагог ДО    |
| 3               | Профилактика девиантного поведения несовершеннолетних: Просмотр видеофильмов по проблемам наркомании и табакокурения, беседы по ЗОЖ.<br><br>Беседа «От вредной привычки к болезни  | В течение года<br><br>Март                            | Обучающиеся объединения                | Педагог ДО    |

|   |  |                             |                         |            |
|---|--|-----------------------------|-------------------------|------------|
|   | всего один шаг», «Привычки. Их влияние на организм»  | Май                         |                         |            |
| 4 | <p>Проведение мероприятий по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, противодействию жестокому обращению с детьми и вовлечению несовершеннолетних в противоправную деятельность. Беседа «У воспитанных ребят все дела идут на лад».</p> <p>Беседа- игра «Что такое хорошо, что такое плохо». Беседа «Нет преступления без наказания». Беседа «Дисциплина и порядок – наши верные друзья». Беседа «Уголовная ответственность несовершеннолетних». Видеофильм «Шалость. Злонамеренный поступок. Вандализм». Беседа «Как не стать жертвой преступления».</p> | Во время изучения программы | Обучающиеся объединения | Педагог ДО |
| 5 | Индивидуальные беседы с детьми в трудных жизненных ситуациях.  | Во время изучения программы | Обучающиеся объединения | Педагог ДО |

### Взаимодействие с классными руководителями

| № | Формы взаимодействия                                    | Тема  | Сроки                       |
|---|---|---|-----------------------------|
| 1 | Анкетирование родителей будущих обучающихся объединения | Ориентация на соц. заказ, совместное обсуждение содержания программы объединения.                 | Апрель-май предыдущего года |
| 2 | Родительские собрания                                   | Знакомство с программой. Зачисление детей в объединение.  | Август                      |
| 3 | Совместная деятельность                                 | Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс  | В течение года              |
| 4 | Анкетирование родителей                                 | Эффективность работы объединения, удовлетворенность результатами, планы на следующий учебный год. | Май                         |

## 6. Работа с родителями

| № | Формы взаимодействия                                    | Тема   | Сроки                       |
|---|---|--|-----------------------------|
| 1 | Анкетирование родителей будущих обучающихся объединения | Ориентация на соц. заказ, совместное обсуждение содержания программы объединения.                  | Апрель-май предыдущего года |
| 2 | Родительские собрания                                   | Знакомство с программой. Зачисление детей в объединение.   | Август                      |
| 3 | Совместные мероприятия                                  | Экскурсии на природу, совместное участие в конкурсах, акциях, мероприятиях.                        | В течение года              |
| 4 | Индивидуальные и групповые консультации                 | Беседы, консультации по мероприятиям, акциям, с использованием соц. сетей.                         | В течение года              |
| 5 | Дни творчества  | Знакомство с деятельностью объединения.  | В течение года              |
| 6 | Анкетирование родителей                                 | Эффективность работы объединения, удовлетворенность результатами, планы на следующий учебный год.  | Май                         |
| 7 | Летний отдых  | Организационные вопросы, обсуждение программы на лето с учетом пожеланий и возможностей родителей. | Май                         |

### Календарный план воспитательной работы объединения «Подвижные игры»

| Направления ВР             | Мероприятия                    | Задачи   | Место проведения                            | Дата         | Примечания                   |
|----------------------------|--------------------------------|--|---|--------------|------------------------------|
| гражданско-патриотическое* | 1. «Во славу Отечества»        | Учить гордиться героическим прошлым и настоящим своей страны | Территория у памятника защитникам Отечества | Февраль, май | Возложение цветов            |
|                            | 2. Беседа «Мой край»           | Воспитание любви к родному краю, народу, его традициям       | МБОУ «ЕСОШ»                                 | Ноябрь       | Символика (герб, флаг, гимн) |
|                            | 3. Всероссийская акция «Капля» | Воспитание ответственности и любви к своему                  | СДК «Ершовс                                 | Сентябрь     |                              |

|                                    |   |   |   |                     |   |
|------------------------------------|---|---|---|---------------------|---|
|                                    | жизни»  | народу  | кий»  |                     |   |
| духовно-<br>нравственное           | 1. Беседа<br>«Достоевский –<br>великий<br>писатель»                                   | Расширить знания с<br>творчестве писателя   | Библиоте<br>ка  | Декабрь             | Конкурс<br>рисунков                     |
| интеллектуально-<br>познавательное | 1. Занятие  | Формирование<br>навыков проектно-<br>исследовательской<br>деятельности                                      | МБОУ<br>«ЕСОШ»  | Март                | Методичес<br>кая<br>разработка          |
|                                    | 2. Беседа   | Формирование<br>навыков проектно-<br>исследовательской<br>деятельности                                      | МБОУ<br>«ЕСОШ»  | Декабрь<br>- январь |   |
| спортивно-<br>оздоровительное      | 1. Инструктажи<br>по ПДД, ПБ.<br>Беседа<br>«Безопасная<br>дорога от школы<br>до дома» | Формирование<br>навыков здорового и<br>безопасного образа<br>жизни,<br>ответственности за<br>своё поведение | МБОУ<br>«ЕСОШ»  | Сентябрь            | Запись в<br>журнале<br>инструктаж<br>ей |
|                                    | 2. Беседа о ЗОЖ<br>«Здоровым быть<br>модно»   |   | МБОУ<br>«ЕСОШ»  | Сентябрь            |   |
|                                    | 3. Игра «В<br>здоровом теле<br>здоровый дух»  | Оздоровление<br>организма, привитие<br>навыков ЗОЖ<br>укрепление семейных<br>уз                             |   | Октябрь             | Совместно<br>с<br>родителям<br>и        |
| социально-<br>трудовое             | 1. Участие в<br>акции<br>«Пожилые<br>люди»  | Осмысление<br>необходимости<br>трудовой<br>деятельности,<br>формирование заботы<br>о престарелых людях      |   | Октябрь             | Инструмен<br>ты,<br>перчатки,<br>мешки  |
|                                    | Любой формат  | Знакомство с<br>традициями<br>объединения<br><br>Лучшие выпускники<br>объединения                           | МБОУ<br>«ЕСОШ»<br>внутренн<br>ее<br>мероприя<br>тие<br>объедине |                     | Аналитиче<br>ская<br>справка            |

|                            |  |  |     |  |  |
|----------------------------|--|--|-----|--|--|
|                            |  |  | ния |  |  |
| История моего объединения* |  |  |     |  |  |

### Материально-техническое обеспечение

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед занятием.

Оборудование:

- ✓ Спортивный зал;
- ✓ Маты;
- ✓ Гимнастические скамейки;
- ✓ Мячи, обручи, кегли, скакалки;
- ✓ Шведская стенка;
- ✓ Методические разработки праздников
- ✓ Проектор, ноутбук
- ✓ Электронные презентации: «Твоё здоровье»  
«Виды спорта»  
«Режим дня школьника»  
«Вредные привычки» и др.

### Контрольно – измерительный материал

|               |                     |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|---------------|---------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Ф.И.<br>уч-ся | Критерии оценивания |       |       |       |       |       |       |       |       |       |
|               | 1                   |       | 2     |       | 3     |       | 4     |       | 5     |       |
|               | Н. Г.               | К. Г. | Н. Г. | К. Г. | Н. Г. | К. Г. | Н. Г. | К. Г. | Н. Г. | К. Г. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

Условные обозначения:

- 1 - умение самостоятельно находить свое место в строю;
- 2 - умение следовать правилам игры;
- 3 - умение находить выход из сложившейся ситуации;
- 4 – умение контактировать с окружающими во время проведения игр;
- 5 - умение провести самостоятельно игру.

н. г. – начало учебного года;

к. г. – конец учебного года.

Критерии:

- 1 балл – отсутствие сформированных критериев;
- 2 балла – слабо сформированные критерии;
- 3 балла – неустойчиво сформированные критерии;
- 4 балла – сформированные критерии;
- 5 баллов – самостоятельно использует полученные знания, умения и навыки.

Уровни оценивания:

Высокий – 25 -20 баллов;

Средний – 19 -14 баллов;

Низкий – 13 – 8 баллов;

Несформированный – 8 и ниже.

### **Информационно-методическое обеспечение**

1. Г. И. Погадаев «Настольная книга учителя физической культуры»

М. «Физкультура и спорт» 2000год.

2. М.С. Блудилина, С.В. Емельянов «Физическая культура 4 класс поурочное планирование» Волгоград «Учитель» 2003 год.
3. М.В. Видякин «Физкультура 2 класс» Волгоград «Учитель» 2008 год.
4. И.М. Коротков «Подвижные игры в школе» Москва «Просвещение» 1979
4. Р.М. Миронова «Игра в развитии активности детей» Минск «Народная асвета» 1998
5. Н. И. Сорокина, С. А. Сорокин «Физкультура 1 класс» Волгоград «Учитель» 2008 год.
6. В.И Ковалько Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс М.: ВАКО. 2006.
7. Интернет ресурсы

