

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Департамент Смоленской области по образованию и науке  
Администрация города Смоленска  
МБОУ «СШ №35»

РАССМОТРЕНО  
педагогическим советом  
Протокол №1  
от 28 августа 2022 года

УТВЕРЖДЕНО  
Директор

\_\_\_\_\_  
Е.А.Зайцева  
Приказ № 77/2 -О  
от 30 августа 2022 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
для 1-4 класса начального общего образования  
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Ананьева Наталья Александровна  
заместитель директора

Смоленск, 2022

Документ подписан простой электронной подписью  
Дата, время подписания: 01.09.2022 9:46:02  
Ф.И.О. должностного лица: Зайцева Елена Анатольевна  
Должность: директор школы  
Уникальный программный ключ: 0446972b-7e18-4683-b1ae-0b58a4d8f855

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Азбука безопасности» составлена на основе материалов С. С. Аникиной и реализует спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности.

«Каждая национальная, этническая и культурная группа обладает настоящим сокровищем – народными (традиционными) детскими играми, сохраняющими и в настоящее время большую культурную и образовательную ценность. Детские игры являются составной частью традиций каждого народа. Таким образом, народные игры можно рассматривать как часть духовного потенциала народа, формировавшегося на протяжении длительного периода.

Знакомство на занятиях с народными играми будет происходить во взаимосвязи с историческими, географическими и культурными особенностями местности, в котором они бытуют. Такой подход позволит наиболее полно приобщить ребёнка к традициям своего народа, народной культуре. Позволит воспитать поколение людей, осознающих себя в непрерывном контексте истории, связанных с прошлым, настоящим и будущим своей культуры, участников мирового культурно-исторического процесса, проживающих на определенном географическом пространстве.

**Формы и режим занятий:** программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» реализуется в 1-4 классах, рассчитана на 4 года, включает 33 часа в первом классе и по 34 часа во 2-4 классах. Всего 135 часов, 1 раз в неделю, продолжительностью 35-40 минут. 70% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся на свежем воздухе. Остальное время распределено на всевозможные тематические беседы, часы здоровья, подготовку и проведение различных соревнований и внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни.

### *Содержание программы*

#### **1 класс.**

Введение

Сезонные игры. «Огородник» (осенняя), «Орехи», «Редька», «Берёзонька, выручай!»

Культовые игры. «Курилка», «Катание яиц по желобу», «Звонари»

Семейные игры. «Уголки», «Лисица и виноград», «Обыкновенные жмурки», «Голосники»

Игрища. «В холсты», «Котёл или сковорода», «Снежки», «Дед Мороз».

Тихие игры. «Семь сыновей», «Молчанка», «Узнай – кто?»

Развлекательные игры. «Мельница», «Кувшинчик», «Мухи и ласточки», «Плетень», «Воевода»

Сюжетные игры. «Перепрыгни ров», «Скачка», «Собери яблоки»

Подражательные игры.

Игры с преследованием.

Игры с поиском.

Игры с предметами.

#### **2 класс.**

##### **Введение**

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок.

##### **Модуль I. Обрядовые игры**

###### 1.1. Культовые игры

«Курилка», «Царь горы», «Катание яиц по желобу», «Чьё яйцо крепче?», «Звонари», «Сорви шапку». История игры. Игровые правила. Оборудование для игры. Проведение игры.

###### 1.2. Семейные игры

«Уголки», «Волк и овцы», «Лисица и виноград», «Верёвочка», «Обыкновенные жмурки», «Краски», «Голосники», «Прятки». История игры. Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.

### 1.3. Сезонные игры

«Огородник» (осенняя), «Хмель», «Орехи», «Заря», «Редька», «Ульи», «Берёзонька, выручай!», «Угадай, кто зовёт?», «Мак». История игры. Игровые правила. Проведение игры. Групповой турнир.

## Модуль II. Досуговые игры

### 2.1. Игрища

«Дед Мороз», «В холсты», «Сговорка», «Котёл или сковорода», «Взятие рва», «Снежки», «Чехарда», «Катание на санках». История игры. Игровые правила. Проведение игры.

### 2.2. Тихие игры

«Семь сыновей», «Словесная игра», «Молчанка», «Молчаливое собрание», «Король в плену», «Узнай – кто?», «Холодно – горячо». История игры. Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.

### 2.3. Развлекающие игры

«Мельница», «Рыбаки и рыбки», «Дрёма», «Свинка», «Кувшинчик», «Теремки», «Змейка», «Казаки – разбойники», «Мухи и ласточки», «Ляпки», «Мышка», «Чижик», «Подушечка», «Плетень», «Гороховая мучка», «Золотые ворота», «Пряничная доска», «Горелки», «Воевода», «Король и молодцы», «Дедушка – рожок», «Солнце и месяц», «Фанты». История игры. Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.

## Модуль III. Тренинговые игры

### 3.1. Сюжетные игры

«Перепрыгни ров», «Земля, вода, воздух, огонь», «Сторож», «Разорви цепь», «Скачка», «Зайчик в огороде», «Море волнуется», «Белая палочка», «Собери яблоки», «Канатоходец», «Хвост и голова», «Дедушка». История игры. Игровые правила. Оборудование для игры. Проведение игры. Изменение правил игры.

### 3.2. Подражательные игры

«Золотые ворота», «Зеркало», «Салочки». История игры. Игровые правила. Оборудование для игры. Проведение игры.

### 3.3. Игры с преследованием

«Заря – зарница», «Дед Мороз», «Волк и коза», «Лошадки», «Серый кот», «Птицы», «Лапта», «Вышибалы», «Квадрат». История игры. Игровые правила. Оборудование для игры. Проведение игры.

### 3.4. Игры с поиском

«Жмурки», «Прятки». История игры. Игровые правила. Оборудование для игры. Изменение правил игры. Проведение игры.

### 3.5. Игры с предметами

«Верёвочка», «Чижики», «10 палочек», «Города», «Банка», «Городки». История игры. Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Оборудование для игры. Проведение игры.

### 3.6. Спортивные соревнования.

«Веселые старты», «А ну-ка, мальчики», «А ну-ка, девочки», «Спортивный кросс», «Малые олимпийские игры», квесты «Масленица», «Новогодние приключения».

## 3 класс

### Введение

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок. Правила честной игры.

### Модуль I. Игры на развитие концентрации и распределения внимания, усидчивости, развитие слухового внимания

«Гвалт», «Тишина», «Золушка», «Фасоль или горох», «Не пропусти мяч», «Поиграем с предметами» Игровые правила. Проведение игры.

## **Модуль II. Игры на развитие саморегуляции, контроль импульсивности, гибкость общения, сплочение**

«Сиамские близнецы», «Мишки и шишки», «Передай мяч», «Аисты-лягушки», «Сова», «Снежный ком», «Встать по пальцам». Игровые правила. Проведение игры.

## **Модуль III. Игры на развитие межполушарного взаимодействия**

«Кулак-ребро-ладонь», «Слон», «Ленивые восьмёрки», «Пальчики здороваются», «Снизу вверх, сверху вниз», «Коза-корова», «Рука догоняет руку», «два-три, три-четыре», «Собаки и кошечки», «Перекрёстные шаги», «Шаги», «Стол-стул», «Цыганочка», «Лезгинка», «Перекрёстные прыжки», «Нос-ухо», «Швейная машинка», «Пила», «Блинчики», «Победитель», «Пауки», «Лисичка и зацчик», «Думающая шляпа», «Крюки». Игровые правила. Проведение игры.

## **Модуль IV. Игры на тренировку быстрого переключения внимания**

«Измени предложение по правилу», «Быть Юлием Цезарем», «С закрытыми глазами», «Поймай, если сможешь». Игровые правила. Проведение игры.

## **Итоговое занятие. Итоговая диагностика**

### **4 класс**

#### **Введение**

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок.

#### **Модуль I. Обрядовые игры**

##### 1.1. Культовые игры

Изученные игры по выбору Игровые правила. Оборудование для игры. Проведение игры.

##### 1.2. Семейные игры

«Верёвочка», «Обыкновенные жмурки», «Краски». Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.

##### 1.3. Сезонные игры

«Угадай, кто зовёт?», «Мак». Игровые правила. Проведение игры. Групповой турнир.

#### **Модуль II. Досуговые игры**

##### 2.1. Игрища

«Котёл или сковорода», «Взятие рва», «Снежки», «Чехарда», «Катание на санках». Игровые правила. Проведение игры.

##### 2.2. Тихие игры

«Холодно – горячо». Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.

##### 2.3. Развлекающие игры

«Рыбаки и рыбки», «Дрёма», «Свинка», «Кувшинчик», «Теремки», «Змейка», «Фанты». Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.

#### **Модуль III. Тренинговые игры**

##### 3.1. Сюжетные игры

«Земля, вода, воздух, огонь», «Сторож», «Разорви цепь», «Канатоходец», «Хвост и голова», «Дедушка». Игровые правила. Оборудование для игры. Проведение игры. Изменение правил игры.

##### 3.2. Подражательные игры

«Салочки». Игровые правила. Оборудование для игры. Проведение игры.

##### 3.3. Игры с преследованием

«Вышибалы», «Квадрат». Игровые правила. Оборудование для игры. Проведение игры.

##### 3.4. Игры с предметами

«Верёвочка», «Города», Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Оборудование для игры. Проведение игры.

##### 3.6. Спортивные соревнования.

«Веселые старты», «А ну-ка, мальчики», «А ну-ка, девочки», «Спортивный кросс», «Малые олимпийские игры», квесты «Масленица», «Новогодние приключения».

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

### **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 проведении игр, 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 игровой деятельности;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр;
- планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.
- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Ученик должен знать:

- ход и правила 5-6 подвижных игр (каждый учебный год)
- уметь организовывать подвижные игры, объяснять их правила игрокам.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Форма проведения занятия</b>	<b>Часы</b>	<b>ЦОР/ЭОР</b>	<b>Дата</b>
<b>Сентябрь</b>					
1	Вводный инструктаж по техники	Беседа	1	<a href="https://resh.e">https://resh.e</a>	05-09.09

	безопасности на занятиях внеурочной деятельностью. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Входной мониторинг			<a href="https://resh.edu.ru/">du.ru/</a>	
2	Сезонные игры. «Огородник» (осенняя), «Хмель».	беседа, игровая	1		12-16.09
3	Культовые игры. «Курилка», «Царь горы».	беседа, игровая	1		19-23.09
4	Культовые игры. «Катание яиц по желобу», «Чье яйцо крепче?».	оздоровительная, игровая	1		26-30.09
<b>Октябрь</b>					
5	Культовые игры. «Звонари», «Сорви шапку»	оздоровительная, игровая		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	03-07.10
6	Семейные игры. «Уголки», «Волк и овцы».	беседа, игровая	1		10-14.10
7	Семейные игры. «Лисица и виноград», «Верёвочка».	оздоровительная, игровая	1		17-21.10
8	Семейные игры. «Обыкновенные жмурки», «Краски».	оздоровительная, игровая	1		24-28.10
<b>Ноябрь</b>					
9	Семейные игры. «Голосники», «Прятки».	оздоровительная, игровая		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	08-11.11.
10	Сезонные игры. «Орехи», «Заря».	оздоровительная, игровая	1		14-18.11
11	Игрища. «В холсты», «Сговорка».	беседа, игровая	1		21-25.11
12	Игрища. «Котёл или сковорода», «Взятие рва».	оздоровительная, игровая	1		28.11-02.12
<b>Декабрь</b>					
13	Игрища. «Снежки», «Чехарда».	оздоровительная, игровая	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	05-09.12
14	Игрища. «Дед Мороз», «Катание на санках».	оздоровительная, игровая	1		12-16.12
15	Тихие игры. «Семь сыновей», «Словес-	беседа, игровая	1		19-23.12

	ная игра».				
16	Тихие игры. «Молчанка», «Молчаливое собрание», «Король в плену». Промежуточный контроль.	беседа, игровая	1		26-30.12
<b>Январь</b>					
17	Тихие игры. «Узнай – кто?», «Холодно – горячо».	оздоровительная, игровая	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	16-20.01
18	Развлекательные игры. «Мельница», «Рыбаки и рыбки», «Дрёма», «Свинка».	беседа, игровая	1		23-27.01
19	Развлекательные игры. «Кувшинчик», «Теремки», «Змейка», «Казачьи разбойники».	оздоровительная, игровая	1		06-10.02
<b>Февраль</b>					
20	Развлекательные игры. «Мухи и ласточки», «Ляпки», «Мышка», «Чижик», «Подушечка».	оздоровительная, игровая	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	13-17.02
21	Развлекательные игры. «Плетень», «Гороховая мучка», «Золотые ворота», «Пряничная доска», «Горелки».	оздоровительная, игровая	1		20.02-28.02
<b>Март</b>					
23	Сюжетные игры. «Перепрыгни ров», «Земля, вода, воздух, огонь», «Сторож», «Разорви цепь».	беседа, игровая	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	01-10.03
24	Сезонные игры. «Редька», «Улы».	оздоровительная, игровая	1		13-17-24.03
25	Сюжетные игры. «Скачка», «Зайчик в огороде», «Море волнуется», «Белая палочка».	оздоровительная, игровая	1		20.03
<b>Апрель</b>					
27	Подражательные игры	беседа, игровая	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	03-07.04
28	Игры с преследованием	беседа, игровая	1		10-14.04

29	Игры с преследованием	оздоровительная, игровая	1		17-21.04
30	Игры с поиском	беседа, игровая	1		24-28.04
<b>Май</b>					
31	Игры с предметами	беседа, игровая	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	02-12.05
32	Игры с предметами	оздоровительная, игровая	1		15-19.05
33	Сезонные игры. «Берёзонька, выручай!», «Угадай, кто зовёт?», «Мак».	оздоровительная, игровая	1		22-26.05
34	Игры с предметами Соревнование. Итоговый контроль	оздоровительная, игровая			29-31.05