

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ  
ПРИОЗЕРСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«МИЧУРИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Принято  
на заседании педагогического совета  
Протокол № 1 от «30» августа 2023 года

Утверждено  
приказом директора  
МОУ «Мичуринская СОШ»  
№ 176 от 31.08.2023

**Рабочая программа внеурочной деятельности  
кружка «Подвижные игры»**

(по физкультурно-спортивной направленности  
для обучающихся 1-5 классы)

Срок реализации: 1 год

Составитель: Лебедева А.В.  
педагог дополнительного образования

п. Мичуринское  
2023 г.

## Оглавление

<b>РАЗДЕЛ 1. Комплекс основных характеристик программы .....</b>	<b>3</b>
<b>1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....</b>	<b>3</b>
<b>1.2. Цель программы:.....</b>	<b>3</b>
<b>1.3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....</b>	<b>3</b>
Планируемые результаты первого года обучения по программе: .....	5
Планируемые результаты второго года обучения по программе: .....	7
<b>РАЗДЕЛ 2. Комплекс организационно – педагогических условий.....</b>	<b>8</b>
<b>2.1. КАЛЕНДАРНО - УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....</b>	<b>8</b>
Первый года обучения.....	8
Второй года обучения .....	9
<b>2.2. Условия реализации программы.....</b>	<b>10</b>
<b>2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.....</b>	<b>10</b>
<b>2.4. Оценочные материалы. ....</b>	<b>11</b>
<b>2.5. Методические материалы. ....</b>	<b>12</b>
Формы организации учебных занятий.....	12
Организация и проведение учебного занятия .....	12
<b>2.6. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....</b>	<b>13</b>

## **РАЗДЕЛ 1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана на основе рабочей программе В.И. Ляха по физической культуре 1-4 классы в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования, авторской программы. Федерального компонента государственного образовательного стандарта, утвержденного Приказом Минобрнауки РФ от 2010 г. Закона РФ от 10.07.1992 № 3266 -1 « Об образовании ( в редакции Федерального закона от 17.07 2009 № 148 – ФЗ)»

### **1.2. Цель программы:**

Удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества; сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

#### **Задачи программы:**

##### Обучающие:

- сформировать у младших школьников начальное представление о «культуре движений»;
- выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и подвижных играх;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

##### Воспитательные:

- обучить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность.

### **1.3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

## Учебный план первого года обучения

№ п/п	РАЗДЕЛЫ И ТЕМЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ПРИМЕЧАНИЯ
		ВСЕГО	ИЗ НИХ		
			ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
<b>1-й модуль. Общеразвивающие игры</b>					
1	Блок 1. Игры на ориентирование в пространстве	7	1	6	
2	Блок 2. Игры с предметами	7	1	6	
<b>2-й модуль. Подвижные игры и эстафеты</b>					
1	Блок 1. Подвижные игры	7	1	6	
2	Блок 2. Эстафеты с бегом	4	1	3	
3	Блок 3. Эстафеты с прыжками	4	1	3	
<b>3-й модуль. Народные игры</b>					
1	Блок 1. Хороводные игры	5	2	3	
<b>ИТОГО</b>		<b>34</b>			

## Содержание программы первого года обучения

<b>1-й модуль. Общеразвивающие игры</b>	
<b>Блок 1. Игры на ориентирование в пространстве. 7 часов.</b> Теория: Техника безопасности.  Практика: «Ворота», «Встречный бой», «Вытолкни за круг», «Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».  Экзамен: Опрос	
<b>Блок 2. Игры с предметами. 7 часов.</b> Теория: Техника безопасности.  Практика: Игры со скакалками: «Найди жгут», «Скакалочка», «Салки-выручалки», «Альпинисты».  Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки»  Экзамен: Опрос, викторина	
<b>2-й модуль. Подвижные игры и эстафеты</b>	

<p><b>Блок1.Подвижные игры. 7 часов.</b> Теория: Техника безопасности.</p> <p>Практика: «Прыжки по кочкам», « Кто быстрее встанет в круг», «Прыгающие воробушки», « Конники-спортсмены», «Удочка», « Салки с прыжками», «К своим флажкам».</p> <p>Экзамен: Опрос</p>
<p><b>Блок 2.Эстафеты с бегом. 4 часа.</b> Теория: Техника безопасности.</p> <p>Практика: «Бег сороконожек», «Эстафета зверей», «Бег в мешках», «Бег на облаках».</p> <p>Экзамен: Опрос</p>
<p><b>Блок 3.Эстафеты с прыжками. 4 часа.</b> Теория: Техника безопасности.</p> <p>Практика: «Два мороза», «12 палочек», «Эстафета со скакалками», «Прыгунки».</p> <p>Экзамен: Опрос</p>
<p><b>3-й модуль. Народные игры</b></p>
<p><b>Блок1.Хороводные игры. 5 часов.</b> Теория: Техника безопасности.</p> <p>Практика: «Плетень», «Ручеёк», «Каравай».</p> <p>Экзамен: Опрос</p>

**Планируемые результаты первого года обучения по программе.**

- у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;
- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

## Учебный план второго года обучения

№ п/п	РАЗДЕЛЫ И ТЕМЫ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ПРИМЕЧАНИЯ
		ВСЕГО	ИЗ НИХ		
			ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
<b>1-й модуль. Общеразвивающие игры</b>					
1	Блок 3. Игры с элементами легкой атлетики	10	1	9	
2	Блок 4. Игры с элементами ритмической гимнастики	10	1	9	
<b>2-й модуль. Подвижные игры и эстафеты</b>					
1	Блок 4. Эстафеты с баскетбольными мячами	4	1	3	
2	Блок 5. Эстафеты с препятствиями	4	1	3	
<b>3-й модуль. Народные игры</b>					
1	Блок 2. Сюжетные игры	6	1	4	
<b>ИТОГО</b>		<b>34</b>			

## Содержание программы второго года обучения

<b>1-й модуль. Общеразвивающие игры</b>
<p><b>Блок 3. Игры с элементами легкой атлетики. 10 часов.</b> Теория: Техника безопасности.</p> <p>Практика: «Осенний марафон», игра «Чай-чай выручай», игра «День и ночь», игра «Вызовы», игра «Гонка мячей по кругу», Прыжки в длину, игра «Караси и щука», игра «Кто выше?», игра с обучением прыжкам в высоту «Достань мячик», игра «К своим флажкам», игра «Пустое место».</p> <p>Экзамен: Опрос</p>
<p><b>Блок 4. Игры с элементами ритмической гимнастики. 10 часов.</b> Теория: Техника безопасности.</p> <p>Практика: игра «Веселые ладошки», игра «Веселый зоопарк», игра «Красивая спина», игра «Дружные ребята», игра «Веселый сапожок», игра "Непоседы",</p>

<p>игра «Веселый сапожок», игра «Ритмическая мозаика», игра «Зайцы в огороде», игра «У оленя дом большой», игра «Делай неаоборот».</p> <p>Экзамен: Опрос, беседа</p>
<p><b>2-й модуль. Подвижные игры и эстафеты</b></p>
<p><b>Блок 4. Эстафеты с баскетбольными мячами. 4 часа.</b></p> <p>Теория: Техника безопасности.</p> <p>Практика: «Метко в цель», «Мяч соседу», «Подвижная цель», «Передал - садись»</p> <p>Экзамен: Опрос</p>
<p><b>Блок 5. Эстафеты с препятствиями. 4 часа.</b></p> <p>Теория: Техника безопасности.</p> <p>Практика: «Полоса препятствий», «Эстафета с обручем», «Веселые старты», «С кочки на кочку».</p> <p>Экзамен: Опрос, зачёт</p>
<p><b>3-й модуль. Народные игры</b></p>
<p><b>Блок 1. Сюжетные игры. 6 часов.</b></p> <p>Теория: Техника безопасности.</p> <p>Практика: «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки», «Пятнашки», «Фанты».</p> <p>Экзамен: Опрос, тест</p>

### **Планируемые результаты второго года обучения по программе.**

-у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;

- сформировано начальное представление о культуре движения;

- младший обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

-обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр; - умение работать в коллективе.

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка,

спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

## РАЗДЕЛ 2. Комплекс организационно – педагогических условий

### 2.1. КАЛЕНДАРНО - УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Продолжительность учебного года	33 недели	
Набор и формирование групп	С 01.09.2019	По 03.09.2020
Начало занятий	03.09.2019	
Окончание занятий	01.06.2020	
Продолжительность занятия	25-35 минут	
Деятельность детей	осуществляется в разновозрастных группах	
Количество детей в группе	15 человек	
Аудиторные занятия	один раз в неделю, каждое продолжительностью 25-35 минут	
Внеаудиторные занятия	каждый четвертый четверг месяца – экскурсия	

#### Первый года обучения

№ П/П	Раздел программы	Формы обучения	Методы обучения	Комплекс средств обучения	Форма контроля
1	Модуль Общеразвивающие игры	Групповая, командная	Словесный, наглядный, игровой, практический, видео-метод, упражнение, обучающий контроль, эвристический	Речь, показ, проектор, компьютер, монитор, контрольные тесты, программное обеспечение.	Тест, опрос, викторина, зачет, экзамен



2	Модуль Подвижные игры и эстафеты	Групповая, беседа	Словесный, наглядный, игровой, практический, видео-метод, упражнение, обучающий контроль, эвристический	Речь, показ, проектор, компьютер, монитор, контрольные тесты, программное обеспечение.	Тест, опрос, викторина, зачет, экзамен
3	Модуль Народные игры	Групповая, беседа, командная	Словесный, наглядный, игровой, практический, видео-метод, упражнение, обучающий контроль, эвристический	Речь, показ, проектор, компьютер, монитор, контрольные тесты, программное обеспечение.	Тест, опрос, викторина, зачет, экзамен

### Второй года обучения

<b>№ П/П</b>	<b>Раздел программы</b>	<b>Формы обучения</b>	<b>Методы обучения</b>	<b>Комплекс средств обучения</b>	<b>Форма контроля</b>
1	Модуль Общеразвивающие игры	Групповая, командная	Словесный, наглядный, игровой, практический, видео-метод, упражнение, обучающий контроль, эвристический	Речь, показ, проектор, компьютер, монитор, контрольные тесты, программное обеспечение.	Тест, опрос, викторина, зачет, экзамен
2	Модуль Подвижные игры и эстафеты	Групповая, беседа	Словесный, наглядный, игровой, практический, видео-метод, упражнение, обучающий контроль, эвристический	Речь, показ, проектор, компьютер, монитор, контрольные тесты, программное обеспечение.	Тест, опрос, викторина, зачет, экзамен

3	Модуль Народные игры	Групповая, командная, беседа	Словесный, наглядный, игровой, практический, видео-метод, упражнение, обучающий контроль, эвристический	Речь, показ, проектор, компьютер, монитор, контрольные тесты, программное обеспечение.	Тест, опрос, викторина, зачет, экзамен
---	----------------------	------------------------------	---	--	--

## 2.2. Условия реализации программы.

При проведении занятий можно выделить два направления: оздоровительная направленность, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности; повышение двигательной подготовленности учащихся, отвечающей требованиям учебной программы.

«Подвижные игры» — это еженедельные занятия физическими упражнениями на открытом воздухе, которые проводятся внеурочное время. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности школьников. Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность.

## 2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Формы проведения аттестации определяются самим педагогом в его образовательной программе таким образом, чтобы они соответствовали ожидаемым результатам образовательной программы. В зависимости от предмета изучения формы проведения аттестации могут быть следующие:

- 1. Тестовые, контрольные, срезовые задания (устный опрос, письменный опрос, тестирование).
- Создание проблемных, затруднительных заданий (решение проблемных задач, шаблоны-головоломки и т.п.).
- Анкетирование.
- Проект.
- Педагогическая диагностика.
- Передача обучающемуся роли педагога.
- Самооценка обучающихся своих знаний и умений.
- Комбинированная: анкетирование, наблюдение, решение проблемы.
- Индивидуальные карточки с заданиями различного типа.
- Групповая оценка работ.
- Тематические кроссворды.
- Собеседование.
- Защита рефератов.

- Домашнее задание на самостоятельное выполнение.
- Карта индивидуальных достижений.
- Зачет (экзамен)

#### 2.4. Оценочные материалы.

**Критериями оценки результативности обучения могут являться:**

- • критерии оценки уровня теоретической подготовки: соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям; широта кругозора; развитость практических навыков работы со специальной литературой;
- • критерии оценки уровня практической подготовки: соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям; свобода владения специальным оборудованием и оснащением; качество выполнения практического задания; технологичность практической деятельности;
- • критерии оценки уровня личностного развития детей: культура организации практической деятельности; культура поведения; творческое отношение к выполнению практического задания; аккуратность и ответственность при работе.
- **Предмет оценивания:**
- набор основных знаний, умений, практических навыков по изучаемому виду деятельности; универсальные учебные действия; перечень важнейших личностных свойств и другое. Методика выявления, диагностики и оценки получаемых результатов разрабатываются автором в соответствии с требованиями, принятыми в образовательной организации.
- **Оценочные материалы** — пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение обучающимися планируемых результатов (ФЗ № 273, ст.2, п.9; ст. 47, п.5).
- 9) образовательная программа - комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты), организационно-педагогических условий и в случаях, предусмотренных настоящим Федеральным законом, форм аттестации, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов, а также оценочных и методических материалов;
- Педагогические работники пользуются следующими академическими правами и свободами:
- 5) право на участие в разработке образовательных программ, в том числе учебных планов, календарных учебных графиков, рабочих учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), методических материалов и иных компонентов образовательных программ.

## **2.5. Методические материалы.**

### **Формы организации учебных занятий**

Основной тип занятий — практикум. Единицей учебного процесса является блок уроков (тем). Каждая такая тема охватывает изучение отдельной темы или ее части. В предлагаемой программе количество часов на изучение материала определено для тематических блоков уроков, связанных с изучением основной темы. Внутри блоков разбивка по времени изучения тем производится педагогом самостоятельно. С учетом регулярного повторения ранее изученных тем темп изучения отдельных разделов блока определяется субъективными и объективными факторами.

Каждое занятие начинается с постановки задачи — характеристики образовательного продукта, который предстоит создать обучающимся. Изучение нового материала носит сопровождающий характер.

Отбор методов обучения обусловлен необходимостью формирования информационной и коммуникативной компетентностей обучающихся. Программа по любому из модулей предполагает интеграцию с другими учебными предметами по принципу: технология работы с информацией — из информатики, конкретные примеры и задачи — из смежных предметов.

На занятиях применяются следующие методы: словесный, наглядный, практического упражнения, эвристический, игровой чаще всего их сочетание. Каждое занятие по темам программы, как правило, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания. Теоретические сведения — это повтор пройденного материала, объяснение нового, информация познавательного характера. Теория сопровождается показом наглядного материала, преподносится в форме рассказа-информации или беседы, сопровождаемой вопросами. Использование наглядных пособий на занятиях повышает у детей интерес к изучаемому материалу, способствует развитию внимания, воображения, наблюдательности, мышления.

В процессе работы с различными инструментами и приспособлениями педагоги постоянно напоминают обучающимся о правилах использования инструментов и соблюдении правил гигиены, санитарии и техники безопасности.

### **Материалы, инструменты, приспособления:**

### **Организация и проведение учебного занятия**

Включает следующие структурные элементы помимо основной части:

- Инструктаж:
  1. вводный — проводится перед началом практической работы;
  2. текущий — проводится во время практической работы;
  3. заключительный;

- динамические паузы у детей младшего школьного возраста;
- подведение итогов, анализ и оценка работ. Подведение итогов предусматривает рефлекссию, коллективный анализ;
- приведение в порядок рабочего места.

### **Техническое оснащение учебного процесса:**

К каждому выбранному модулю рабочей программы педагог разрабатывает методический материал в виде:

- Практических заданий;
- Тестов.

Методы отслеживания и диагностики результатов:

- Контрольные тесты
- Зачет, контрольный опрос, экзамен

## **2.6. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, - В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007. – 128 с.

Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. - М.: Просвещение, 2007 г. – 128с.

Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с.

Подвижные игры учащихся. М.: Учпедгиз, 2007. – 106с.

Степанова О.А. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. – Баласс, 2012 г. – 124с.