

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 72» г. Барнаула

РАССМОТРЕН  
на заседании Педагогического совета  
МБОУ «СОШ № 72»  
Протокол № 10 от «25» 08 2023г



УТВЕРЖДЁН  
приказом директора  
МБОУ «СОШ № 72»  
№ 19/дсн от «25» 08 2023г  
Н. Тарасова

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности «Подвижные игры» 3 класс

Тютеревой Надежды Валерьевны  
Медведевой Ларисы Геннадьевны

2023 г.

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «**Подвижные игры**», составленная в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённым Приказом Министерства образования и науки РФ на основе Примерных программ внеурочной деятельности, с учетом образовательных запросов, потребностей и интересов участников образовательного процесса, направлена на достижение следующих результатов:

### **1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** программы «**Подвижные игры**» по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих умений:

- 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.

**Метапредметными** результатами программы является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### **Регулятивные УУД:**

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;

- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;
- осуществлять взаимный контроль.

#### **Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

#### **Коммуникативные УУД:**

- формулировать собственное мнение и позицию;
- ориентироваться на партнёра, стремиться к сотрудничеству (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения;
- учиться выполнять различные роли в группе.

### **Предметные результаты** программы внеурочной деятельности.

Первостепенным результатом реализации программы является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития навыков, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению для 3 класса составлена с учётом возрастных особенностей обучающихся начальной школы, состоит из трёх разделов, рассчитана на проведение 1 час в неделю, 34 часа в год и 1 час резерва.

### **Раздел 1. Общеразвивающие игры (14 час.)**

Данный раздел позволяет педагогу выявить у своих подопечных потенциальные возможности и интересы. Помочь им их реализовать. Игра – это хорошая возможность для организации межличностных отношений в классе, возможность свободного самоопределения и самореализации, ориентация на личностные интересы, потребности, способности ребенка. Любая игра строится на принципе единства – единство обучения, воспитания, развития.

### **Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты (12 час.)**

Включенные в раздел упражнения способствуют развитию и укреплению мышц, исправлению физических недостатков, формированию осанки, вырабатывают умения владеть своим телом, совершенствуют двигательные навыки, благотворно воздействуют на работу органов дыхания, кровообращения.

### Раздел 3. Русские народные игры (8 час.)

Очень важно обогатить детей запасом движений, научить их двигаться технически грамотно, легко, естественно, выразительно. Овладев двигательными элементами, дети смогут самостоятельно организовать и проводить игры.

Содержание курса внеурочной деятельности	Формы организации	Характеристика основных видов деятельности учащихся
<b>Раздел 1. Общеразвивающие игры (14 час.)</b>		
<b>Игры на ориентирование в пространстве (7ч.):</b>  «Ворота», «Встречный бой», «Вытолкни за круг», «Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».	Коллективная игра	Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; Осуществлять взаимный контроль, оценивать взаимное поведение при перемещении, оказывать взаимопомощь; Выбирать эффективные способы решения поставленных задач, контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, поиск новых форм для решения поставленных задач, уметь договариваться о распределении функций и ролей, задавать вопросы, уметь слушать собеседника.

<p><b>Игры с предметами (7ч.)</b></p> <p>Игры со скакалками: «Найди жгут», «Скакалочка», «Салки-выручалки», «Альпинисты».</p> <p>Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки»</p>	<p>Беседа, коллективная игра</p>	<p>Мотивация учебной деятельности, развитие эстетической потребности, уважительного отношения к иному мнению, ориентироваться в разнообразии способов задач, самостоятельно решать проблему; Уметь формулировать и удерживать учебную задачу, выбирать действие в соответствии с поставленными задачами, адекватно воспринимать предложение учителя, творчески подходить к решению поставленных задач.</p>
<p><b>Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты (12 ч.)</b></p>		
<p><b>Подвижные игры (6ч.)</b></p> <p>«Прыжки по кочкам», «Кто быстрее встанет в круг», «Прыгающие воробушки», « Конники-спортсмены», «Удочка», « Салки с прыжками», «К своим флажкам»</p>	<p>Загадки, беседа, коллективная игра</p>	<p>Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, перемещаться в ограниченном пространстве, совершенствовать быстроту реакции, скоростные способности, выносливость.</p> <p>Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры.</p> <p>Умение планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия.</p> <p>Преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.</p> <p>Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на</p>

		<p>принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Устанавливать цели. Концентрация воли для преодоления физических нагрузок, стабилизация эмоционального состояния.</p>
<p><b>Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий (3ч.)</b> «Найди жгут», «Бег сороконожек», «12 палочек», «Два мороза»</p>	<p>Познавательная беседа, коллективная, групповая игра</p>	<p>Контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, уметь договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено. Развивать уважительное отношение к иному мнению, стремиться к сотрудничеству, уметь составить план самостоятельных действий.</p>
<p><b>Эстафеты с баскетбольными мячами (3ч.)</b></p> <p>«Метко в цель», «Мяч соседу», «Подвижная цель», «Передал -садись»</p>	<p>Командные соревнования</p>	<p>Выбирать действие в соответствии с поставленной задачей, ориентироваться в разнообразии способов обучения, применять различные способы самоконтроля. Проявление активности для решения познавательных задач, умение использовать общие приемы, умение анализировать информацию, использовать сравнение и обобщение. Умение использовать общие приемы, анализировать информацию, использовать сравнение и обобщение, контролировать эмоциональное состояние.</p>
<p><b>Раздел 3. Народные игры (8 ч.)</b></p>		
<p><b>Хороводные игры (1ч.)</b></p> <p>«Плетень», «Ручеёк»</p> <p><b>Сюжетные игры (4ч.)</b></p> <p>«Гуси-лебеди», «Обыкновенные</p>	<p>Беседа, викторина, коллективная игра, групповая игра</p>	<p>Получают представления об особенностях русских народных игр. Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, развивать двигательные и скоростные способности.</p> <p>Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p>



<p>жмурки», «Пятнашки», «Фанты»</p>		<p>Оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых корректировок.</p> <p>Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.</p>
<p><b>Русские народные игры(3ч.)</b>  «Горелки», « Лапта», «Штандр»</p>	<p>Беседа, спортивный праздник</p>	<p>Осознание своей этнической принадлежности, мотивация учебной деятельности, исходя из чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, умение пользоваться информацией о своей культуре.</p>

### 3. Тематическое планирование

Тема, входящая в данный раздел программы	Количество часов
<b>Раздел 1.Общеразвивающие игры (14 час.)</b>	
Игры на ориентирование в пространстве	7
Игры с предметами	7
<b>Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты (12 ч.)</b>	
Подвижные игры	6
Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий	3
Эстафеты с мячами	3
<b>Раздел 3. Народные игры (8 ч.)</b>	
Хороводные игры. Сюжетные игры	5
Русские народные игры	3

#### 4. Тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
<b>Раздел 1. Общеразвивающие игры (14 час.)</b>		
Игры на ориентирование в пространстве (7ч.)		
1.	«Ворота»	1
2.	«Встречный бой»	1
3.	«Вытолкни за круг»	1
4.	«Кто дальше»	1
5.	«Попрыгунчики», «Болото»	1
6.	«Воробушки и кот»	1
7.	«Болото»	1
Игры с предметами (7ч.)		
8.	«Найди жгут», «Бег сороконожек»,	1
9.	«Скакалочка» , «12 палочек»,	1
10.	«Два мороза»	1
11.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Охотники и утки»	1
12.	«Сильный бросок»	1
13.	«Мячик кверху»	1
14.	«Свечки»	1

<b>Раздел 2. Подвижные игры и эстафеты (12 ч.)</b>		
Подвижные игры (6ч.)		
15.	«Прыжки по кочкам»	1
16.	« Кто быстрее встанет в круг»	1
17.	«Прыгающие воробушки»	1
18.	« Конники-спортсмены»	1
19.	«Удочка», « Салки с прыжками»	1
20.	«К своим флажкам»	1
Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий (3ч.)		
21.	«Не упусти мяч»	1
22.	«Бег по кочкам»	1
23.	«Чемпионы малого мяча»	1
Эстафеты с баскетбольными мячами (3ч.)		
24.	«Метко в цель», «Мяч соседу»,	1
25.	«Броски в корзину», «Подвижная цель»,	1
26.	«Брось — поймай», «Передал - садись»	1
<b>Раздел 3. Народные игры (8 ч.)</b>		
Хороводные игры. Сюжетные игры (5ч.)		
27.	«Плетень», «Ручеёк»	1
28.	«Гуси-лебеди»	1
29.	«Обыкновенные жмурки»	1
30.	«Пятнашки»	1
31.	«Фанты	1
Русские народные игры (3ч.)		
32.	«Казачи-разбойники»	1

33.	«Лапта»	1
34.	«Городки»	1
35.	Резерв. Подведение итогов .	1

## 5. Список 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.