

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №41» г. Белгорода**

**Рассмотрена**

на заседании методического  
объединения учителей  
физической культуры

---

**А.В.Макаров**

от «14» июня 2019 г. № 10

**Согласовано**

Заместитель директора  
МБОУ СОШ № 41  
г.Белгорода

---

**Г.А.Рагозина**

от «    »                      2019 г. №

**Утверждена**

приказом директора  
МБОУ СОШ № 41

---

**Е.В.Осетрова**

от «    » августа 2019 г. №

**Программа**  
**внеурочной деятельности**  
**«Подвижные игры»**

1-4 год обучения  
возраст обучающихся 7-11 лет

**Разработана**  
**учителем физической культуры**  
**высшей категории**  
***Ермаковой***  
***Людмилой Николаевной***

**Белгород 2019**

## Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности в начальной школе (1-4класс) МБОУ СОШ №41 в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. Программа разработана на основе Учено-методического комплекта «Подвижные игры 1-4 класс», Н.А. Федорова. Издательство «Экзамен», Москва – 2016 год, «Олимпийские старты. 1-11классы. Спортивно-оздоровительная деятельность. Автор- составитель Е.П. Колганова, Волгоград: Учитель, 2013, модифицированная. Рассмотрена на ШМО учителей физической культуры, протокол № 10 от 14.06 2019 года и утверждена на педагогическом совете протокол № от

### Цель программы:

- формировать культуру здорового образа жизни обучающихся, заинтересованное уважительное отношение к культуре родной страны,
- донести до обучающихся национальный колорит обычаев народов России с помощью игр;
- удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

### Задачи программы:

- укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучение умению работать индивидуально и в группе,
- развитие природных задатков и способностей обучающихся;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;
- развитие коммуникативной компетентности обучающихся на основе организации совместной продуктивной деятельности.

**Актуальность программы** состоит в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка. Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно уметь использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

**Новизна программы** заключается в том, что игровые формы, связанные с физическим компонентом совмещаются со знакомством обучающихся с национальным колоритом народов России, позволяют решить целый комплекс вопросов в работе с детьми, удовлетворить их потребность в движении, научить владеть своим телом, развивать не только физические, но и умственные, творческие способности. Эмоциональный подъем во время игры создаёт у детей повышенный тонус всего организма. В целях наиболее эффективного выявления и использования ресурсов игры широко применяются подвижные игры и эстафеты. Подвижные игры и эстафеты, в которых участвует весь коллектив, несут в себе большой эмоциональный заряд, а это способствует более полноценному отдыху. Данные игры проводятся как на свежем воздухе, так и в спортзале.

**Содержание программы** отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это

возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

**Ценностными ориентирами содержания данной программы являются:**

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

**Описание места курса в плане внеурочной деятельности**

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» рассчитана на 4 года. Занятия проводятся 1 час в неделю в рамках спортивно-оздоровительного направления, всего 165 часов. Из них – 33 часа (первый год обучения) в 1 классе и по 34 часа – (второй – четвёртый года обучения) во 2-4 классах.

**Основное содержание курса внеурочной деятельности**

1. Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.
2. 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 и отдыхают утомленные центры.
3. 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.
4. Игры с элементами спортивных игр: баскетбола, волейбола, лапты. В этот раздел входят игры, которые подготавливают учащихся к изучению спортивных игр.

## Распределение учебного материала

№	Разделы	Кол-во часов			
		1класс	2класс	3класс	4класс
1	Русские народные игры	8	11	11	-
2	Подвижные игры	17	7	-	6
3	Эстафеты	7	8	6	8
4	Игры народов России	-	7	-	-
5	Подвижные игры с элементами «лапты»	-	-	-	7
6	Подвижные игры с элементами спортивных игр	-	-	16	12
7	Тестирование, контрольные испытания	1	1	1	1
	Итого	33	34	34	34

### Планируемые результаты освоения курса «Подвижные игры»

**Личностные результаты** изучения курса «Подвижные игры» 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.

**Метапредметные результаты** изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, 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 занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- 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.

# 1. Учебно-тематический план

## 1 класс

№ п/п	Тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>1.Теоретическая подготовка</b>				
1,1	Правила техники безопасности. Профилактика травматизма на занятиях.	В процессе занятий		
1,2	Терминология, правила и организация игры. Классификация игр.	На каждом занятии		
<b>2.Классификация игр (техническая и тактическая подготовка)</b>				
2.1	Русские народные игры	8		8
2.2	Подвижные игры	17		17
2.3	Эстафеты	7		8
<b>3.Общая физическая подготовка</b>				
3.1	Общеразвивающие упражнения	На каждом занятии		
3.2	Упражнения для развития координационных способностей	На каждом занятии		
3.3	Упражнения для развития скоростных способностей:	На каждом занятии		
<b>4.Тестирование, контрольные испытания</b>				
	<b>Итого:</b>	33		33

### Тематическое планирование по программе «Подвижные игры» в 1 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Профилактика травматизма на занятиях. Подвижная игра "Ловишки".	1	
2	Классификация игр. Подвижная игра "Ловишки", "Быстро встань в колонну".	1	
3	Русская народная игра «Горелки», подвижная игра "Жмурки"	1	
4	Русская народная игра «Салки». Подвижная игра "Совушка".	1	
5	Русская народная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники".	1	
6	Русская народная игра "Жмурки", "Летает, не летает".	1	
7	Русская народная игра «Фанты», «Горелки»,	1	
8	Русская народная игра «Птицелов», "Затейники".	1	
9	Русская народная игра «Охотники и зайцы», "Жмурки"	1	
10	Русская народная игра «Салки». Подвижная игра "Совушка".	1	
11	Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".	1	
12	Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок".	1	
13	Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?".	1	
14	Подвижная игра "Ключи", игра "Кто ушел?".	1	
15	Подвижная игра "Кого называли, тот ловит", "Воротца".	1	

16	Подвижная игра "Воробьи и кошка".	1	
17	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему".	1	
18	Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч".	1	
19	Веселые старты. Игра "Кто быстрее?".	1	
20	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод".	1	
21	Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры".	1	
22	Подвижная игра "Ключи".	1	
23	Подвижная игра "Хитрая лиса".	1	
24	Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает".	1	
25	Подвижная игра "Кого называли, тот и ловит", "Летает, не летает".	1	
26	Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне".	1	
27	Эстафета «С мячом»	1	
28	Эстафета «С мячами»	1	
29	Эстафета «Встречная»	1	
30	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	
31	Эстафета со скакалкой	1	
32	Эстафета по кругу	1	
33	Итоговое занятие. Тестирование, контрольные испытания	1	

### **Содержание программы**

1. Теоретическая подготовка:

Правила техники безопасности при проведении занятий.

Правила подвижных игр. Классификация игр.

2. Изучение подвижных игр:

"Ловишки", «Быстро встань в колонну», "Угадай, чей голосок". "Медведи и пчелы», "Мяч в воздухе", "Кто ушел?". "Воробьи и кошка", "Бери ленту", "Эхо", "Будь ловким", "Фигуры", "Перелет птиц", "Поймай мяч", "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему".

3. Изучение русских народных игр:

«Горелки», "Жмурки", «Салки», "Совушка", "Летает, не летает", «Птицелов», «Фанты».

4. Изучение эстафет:

эстафета с мячом, эстафета «Быстрые и ловкие», эстафета со скакалкой», эстафета по кругу, эстафета с обручем, встречная эстафета.

5. «Общая физическая подготовка»

Упражнения на развитие физических качеств: (силы, быстроты, координации, ловкости).

### **Требования к результатам освоения программы первого года обучения**

#### **Учащиеся должны знать:**

- Правила техники безопасности;
- Классификацию игр;
- Правила изученных подвижных игр.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- Выполнять общеразвивающие упражнения, различные виды ходьбы и бега;
- Играть в различные игры;
- соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- Соблюдать очередность при проведении эстафеты;
- Выполнять элементарные действия с мячом;
- Взаимодействовать со сверстниками во время игры.

## 2. Учебно-тематический план

### 2 класс

№ п/п	Тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
	<b>1.Теоретическая подготовка</b>			
1,1	Правила техники безопасности. Профилактика травматизма на занятиях.	В процессе занятий		
1,2	Терминология, правила и организация игры. Классификация игр.	На каждом занятии		
2	<b>2.Классификация игр (техническая и тактическая подготовка)</b>			
2.1	Русские народные игры	11		11
2.2	Подвижные игры	7		7
2.3	Эстафеты	8		8
2.4	Игры народов России	7		7
	<b>3.Общая физическая подготовка</b>			
3.1	Общеразвивающие упражнения	На каждом занятии		
3.2	Упражнения для развития координационных способностей	На каждом занятии		
3.3	Упражнения для развития скоростных способностей:	На каждом занятии		
	<b>4.Тестирование, контрольные испытания</b>	1		1
	<b>Итого:</b>	34		34

### Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 2 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Профилактика травматизма на занятиях. Русская народная игра «Жмурки»	1	
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	
3	Русская народная игра «Горелки»	1	
4	Русская народная игра «Салки»	1	
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1	
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	
7	Русская народная игра «Фанты», «Перейди болото»	1	
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	
9	Русская народная игра «Волк», «Охотники»	1	
10	Русская народная игра «Птицелов»	1	
11	Подвижная игра «Ловкие ребята»	1	
12	Подвижная игра «Мышеловка», «Гонка мячей по кругу»	1	
13	Подвижная игра «Пустое место»	1	



14	Подвижная игра «Карусель», «Заяц без логова»	1	
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1	
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1	
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята», «Бой с мячом»	1	
18	Подвижная игра «Карлики и великаны», «Мяч среднему»	1	
19	Эстафета «С мячами»	1	
20	Эстафета «С мячом»	1	
21	Встречная эстафета	1	
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	
23	Эстафета «Вызов номеров»	1	
24	Эстафета по кругу	1	
25	Эстафета с обручем	1	
26	Эстафета со скакалкой	1	
27	Якутские народные игры «Сокол и лиса», Русская народная игра «Гори, гори ясно!».	1	
28	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	
29	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	
30	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	
31	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	
32	Татарская народная игра «Серый волк. Якутские народные игры «Сокол и лиса»,	1	
33	Чувашская игра «Рыбки». Русская народная игра «Пятнашки»	1	
34	Итоговое занятие. Тестирование, контрольные испытания	1	

### Содержание программы

1. Теоретическая подготовка:

Правила техники безопасности при проведении занятий.

Правила подвижных игр. Классификация игр.

2. Изучение подвижных игр: «Ловкие ребята», «Мышеловка», «Гонка мячей по кругу», «Пустое место» «Карусель», «Заяц без логова», «Кто быстрее?», «Конники-спортсмены». «Лягушата и цыплята», «Бой с мячом», «Карлики и великаны», «Мяч среднему»

3. Изучение русских народных игр:

«Горелки», "Жмурки", «Салки», «Птицелов», «Фанты», «Ловушки с приседаниями», «Перейди болото», «Охотники и зайцы», «Кот и мышь»

4. Изучение Игр народов России: Якутские народные игры «Сокол и лиса», Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень», Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»,

Марийская народная игра «Катание мяча», Чувашская игра «Рыбки».

5. Изучение эстафет:

эстафета с мячом, эстафета «Быстрые и ловкие», эстафета со скакалкой», эстафета по кругу, эстафета с обручем, встречная эстафета.

6. «Общая физическая подготовка»

Упражнения на развитие физических качеств: (силы, быстроты, координации, ловкости).

## **Требования к результатам освоения программы второго года обучения**

### **Учащиеся должны знать:**

- Правила техники безопасности;
- Классификацию игр;
- Правила изученных подвижных игр.

### **Учащиеся должны уметь:**

- Выполнять общеразвивающие упражнения, комплексы беговых и прыжковых упражнений;
- Играть в различные игры; уметь рассказать правила игры;
- Соблюдать правила взаимодействия с игроками; уметь видеть свои ошибки и ошибки других
- Уметь взаимодействовать в различных эстафетах (встречных, круговых);
- Выполнять действия с различными мячами;
- Взаимодействовать со сверстниками во время игры.

### 3. Учебно-тематический план

#### 3 класс

№ п/п	Тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
	<b>1.Теоретическая подготовка</b>			
1,1	Правила техники безопасности. Профилактика травматизма на занятиях.	В процессе занятий		
1,2	Терминология, правила и организация игры. Классификация игр.	На каждом занятии		
2	<b>2.Классификация игр (техническая и тактическая подготовка)</b>			
2.1	Игры народов России	11		11
2.2	Эстафеты	6		6
2.3	Подвижные игры с элементами спортивных игр	16		16
	<b>3.Общая физическая подготовка</b>			
3.1	Общеразвивающие упражнения	На каждом занятии		
3.2	Упражнения для развития координационных способностей	На каждом занятии		
3.3	Упражнения для развития скоростных способностей:	На каждом занятии		
	<b>4.Тестирование, контрольные испытания</b>	1		1
	<b>Итого:</b>	34		34

#### Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 3 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Профилактика травматизма на занятиях. Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	
2	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	
3	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой», Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	1	
4	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!», Чувашская игра «Рыбки»	1	
5	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!», Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1	
6	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1	
7	Марийская народная игра «Катание мяча», Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	1	
8	Татарская народная игра «Серый волк»	1	
9	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	
10	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяц»	1	
11	Чечено-ингушская игра «Чиж», Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1	

12	Эстафета с мячом	1	
13	Эстафета с обручем	1	
14	Эстафета по кругу с эстафетной палочкой	1	
15	Эстафета по кругу с эстафетной палочкой	1	
16	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	
17	Эстафета «Встречная»	1	
18	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мяч водящему», «Школа мяча»	1	
19	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Школа мяча» , «Мяч водящему»,	1	
20	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Попади в кольцо»	1	
21	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Попади в кольцо»	1	
22	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Собачка», «Мяч в корзину»	1	
23	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Собачка», «Мяч в корзину»	1	
24	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мини-баскетбол»	1	
25	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мини-баскетбол».	1	
26	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мини-баскетбол».	1	
27	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мини-баскетбол».	1	
28	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мини-баскетбол».	1	
29	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Перестрелка»	1	
30	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Перестрелка»	1	
31	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Перестрелка»	1	
32	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Пионербол»	1	
33	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Пионербол»	1	
34	Итоговое занятие. Тестирование, контрольные испытания	1	

## Содержание программы

1 . Теоретическая подготовка:

Правила техники безопасности при проведении занятий.

Правила подвижных игр.

2. Изучение игр народов России: Бурятская народная игра «Ищем палочку», Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок», Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой», Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба», Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!», Чувашская игра «Рыбки», Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!», Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз», Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!», Марийская народная игра «Катание мяча», Северо-осетинская игра «Борьба за флажки», Татарская народная игра «Серый волк», Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки», Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка», Чечено-ингушская игра «Чиж», Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»

5. Выполнение эстафет:

эстафета с мячом, эстафета «Быстрые и ловкие», эстафета со скакалкой», Круговая эстафета с эстафетной палочкой, эстафета с обручем, встречная эстафета.

6. «Общая физическая подготовка»

Упражнения на развитие физических качеств: (силы, быстроты, координации, ловкости).

## **Требования к результатам освоения программы третьего года обучения**

### **Учащиеся должны знать:**

- Правила техники безопасности;
- Классификацию игр;
- Правила изученных подвижных игр, названия спортивных игр

### **Учащиеся должны уметь:**

- Выполнять общеразвивающие упражнения, комплексы беговых и прыжковых упражнений; Упражнений с предметами.
- Играть в различные игры; уметь рассказать правила игры; уметь организовать игру;
- Соблюдать правила взаимодействия с игроками; уметь видеть свои ошибки и ошибки других, принимать меры по их устранению;
- Уметь взаимодействовать в различных эстафетах (встречных, круговых); уметь передавать эстафетную палочку:
- Выполнять действия с различными мячами; ведение мяча, передача мяча, броски мяча;
- Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- Взаимодействовать со сверстниками во время игры и избегать конфликтных ситуаций.

## 4. Учебно-тематический план

### 4 класс

№ п/п	Тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>1. Теоретическая подготовка</b>				
1,1	Правила техники безопасности. Профилактика травматизма на занятиях.	В процессе занятий		
1,2	Терминология, правила и организация игры. Виды спортивных игр.	На каждом занятии		
<b>2. Классификация игр (техническая и тактическая подготовка)</b>				
2.1	Подвижные игры на развитие быстроты реакции, бега.	6		6
2.2	Подвижные игры с элементами «лапты»	7		7
2.3	Эстафеты с мячами, комбинированные эстафеты	8		8
2.4	Игры с элементами спорт. игр	12		12
<b>3. Общая физическая подготовка</b>				
3.1	Общеразвивающие упражнения	На каждом занятии		
3.2	Упражнения для развития координационных способностей	На каждом занятии		
3.3	Упражнения для развития скоростных способностей:	На каждом занятии		
<b>4. Тестирование, контрольные испытания</b>		1		1
<b>Итого:</b>		34		34

### Календарно-тематическое планирование курсу «Подвижные игры» в 4 классе (34 часа)

№ п/п	Тема	Ко- л- во час ов	Дата
1	Подвижная игра «Охотники и утки»	1	
2	Подвижная игра «Ловля парами»	1	
3	Подвижная игра «Поймай лису»	1	
4	Подвижная игра «Салки»	1	
5	Подвижная игра «Колесо»	1	
6	Подвижная игра «Ловкие ребята»	1	
7	Подвижные игры с элементами лапты «Вызов»		
8	Подвижные игры с элементами лапты «Катающаяся мишень»	1	
9	Подвижные игры с элементами лапты «Баскетбол теннисным мячом»	1	
10	Подвижные игры с элементами лапты «Осаливание в квадрате»	1	
12	Подвижные игры с элементами лапты «Ударил - беги»	1	
13	Подвижные игры с элементами лапты «Кто больше осалит»	1	
14	Встречная эстафета с передачей мяча	1	

15	Встречная эстафета с передачей мяча	1	
16	Эстафета с ведением мяча	1	
17	Эстафета с ведением мяча	1	
18	Комбинированная эстафета	1	
19	Комбинированная эстафета	1	
20	Круговая эстафета, полоса препятствий	1	
21	Круговая эстафета, полоса препятствий	1	
22	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мяч в кругах», «Мяч ловцу»	1	
23	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Попади в корзину», «Не давай мяч водящему»,	1	
24	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мини-баскетбол»	1	
25	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мини-баскетбол»	1	
26	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мини-баскетбол»	1	
27	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Мини-баскетбол»	1	
28	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Пионербол»	1	
29	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Пионербол»	1	
30	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Пионербол»	1	
31	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Перестрелка»	1	
32	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Перестрелка»	1	
33	Подвижные игры с элементами спорт. игр. «Перестрелка»	1	
34	Итоговое занятие. Тестирование, контрольные испытания	1	

### **Содержание программы**

#### 1. Теоретическая подготовка:

Правила техники безопасности при проведении занятий.

Терминология, правила и организация игры. Виды спортивных игр.

Профилактика травматизма на занятиях.

2. Изучение подвижных игр на развитие быстроты реакции, бега: «Охотники и утки», «Ловля парами», «Поймай лису», «Салки», «Колесо», «Ловкие ребята».

Игр с элементами лапты: «Вызов», «Катающаяся мишень», «Баскетбол теннисным мячом», «Осаливание в квадрате», «Ударил - беги», «Кто больше осалит».

Игр с элементами баскетбола и волейбола: «Мяч в кругах», «Мяч ловцу», «Попади в корзину», «Не давай мяч водящему», «Мини-баскетбол», «Пионербол», «Перестрелка».

#### 5. Выполнение эстафет:

эстафета с мячом, круговая эстафета с эстафетной палочкой, встречная эстафета с передачей и ведением мяча.

#### 6. Общая физическая подготовка:

Общеразвивающие упражнения, подготовительные упражнения,

Упражнения на развитие физических качеств: (силы, быстроты, координации, ловкости).

### **Требования к результатам освоения программы четвертого года обучения**

#### **Учащиеся должны знать:**

- Правила техники безопасности;
- Профилактика травматизма на занятиях.
- Терминологию, правила и организацию игры.
- Названия спортивных игр

#### **Учащиеся должны уметь:**

- Выполнять общеразвивающие упражнения, комплексы беговых и прыжковых упражнений; упражнений с предметами, подготовительные упражнения с теннисным мячом

- Иметь представление о спортивной игре «Лепта», «Баскетбол», «Волейбол». Играть в эти игры по упрощенным правилам.
- Соблюдать правила взаимодействия с игроками; уметь видеть свои ошибки и ошибки других, принимать меры по их устранению;
- Уметь взаимодействовать в различных эстафетах (встречных, круговых); уметь передавать эстафетную палочку
- Выполнять технические действия из базовых видов спорта (ведение мяча, передача мяча, броски мяча), применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- 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, и избегать конфликтных ситуаций.
- В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### **Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы**

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения Программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «Портфолио». Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, КВНы, различные игры, школьная научно-практическая конференция. Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.



## Материально-техническое обеспечение

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших обучающихся в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей.

Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших обучающихся; 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 уроком.

### 1. Основная литература для педагога

- 1.1 Стандарт начального общего образования по физической культуре
- 1.2 Программы по «Физической культуре» В.И.Лях
- 1.3 Рабочая программа по физической культуре

### 2. Дополнительная литература для педагога:

- 2.1 Учено-методический комплект «Подвижные игры 1-4 класс», Н.А. Федорова. Издательство «Экзамен», Москва – 2016 год,
- 2.2 В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий «Физкультурно-оздоровительная работа в школе», Москва «Издательство НЦ ЭНАС», 2006
- 2.3 Ж.К., Холодов В.С. Кузнецов: Теория и методика физического воспитания и спорта - М. издательский дом «Академия» 2007г.
- 2.4 «Содержание и организация физической культуры в школе на основе народных, подвижных и спортивных игр», ГОУ ДПО «БелРИ повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов», Белгород 2011

### 3. Дополнительная литература для обучающихся:

- 3.1 Физическая культура. Учебник 1 – 4 класс. В.И.Лях. Москва « Просвещение» 2016

## Оборудование и инвентарь

<i>Технические средства обучения</i>	
<b>Наименование</b>	<b>Требуется</b>
Стенки гимнастические	4 шт.
Маты гимнастические	1 на 2 чел.
Скамейки гимнастические	4 шт.
Перекладины	2 шт.
Свистки судейские	2 шт.
Секундомеры	2 шт.
Скакалки гимнастические	На каждого
Эстафетные палочки	1 на 2 чел.
Оборудование полосы препятствий	1 комп.
Мячи малые теннисные	1 на 2 чел.
Мячи набивные весом 1 кг	1 на 2 чел.
Насосы с иглами для надувания мячей	1 шт.
Мячи баскетбольные	1 на 2 чел.

Щиты баскетбольные	6 шт.
--------------------	-------

**Адреса порталов и сайтов по физической культуре**

Электронный адрес	Название сайта
<a href="http://lib.sportedu.ru">http://lib.sportedu.ru</a>	Электронный каталог центральной отраслевой библиотеки по физической культуре
<a href="http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/">http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/</a>	Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры»
<a href="http://minstm.gov.ru/">http://minstm.gov.ru/</a>	Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации
<a href="http://www.mifkis.ru/">http://www.mifkis.ru/</a>	Московский институт физической культуры и спорта
<a href="http://www.vniifk.ru/">http://www.vniifk.ru/</a>	Научно-исследовательский институт физической культуры и спорта
<a href="http://www.shkola-press.ru">http://www.shkola-press.ru</a>	Журнал «Физическая культура в школе»
<a href="http://www.volley.ru/">http://www.volley.ru/</a>	Всероссийская федерация волейбола
<a href="http://www.gorodki.org/">http://www.gorodki.org/</a>	Федерация городошного спорта
<a href="http://www.rfs.ru/">http://www.rfs.ru/</a>	Российский футбольный союз
<a href="http://www.basket.ru/">http://www.basket.ru/</a>	Российская федерация баскетбола
<a href="http://www.lapta.ru/">http://www.lapta.ru/</a>	Федерация лапты России

