

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Алтайского края**  
**Муниципальное образование Мамонтовского района Алтайского края**  
**МКОУ "Костинологовская СОШ "**

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом

Протокол № 15 от 29.08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

\_\_\_\_\_ И.Н.Шуллер

Приказ № 111-ОД от 30 .08 .2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности «Мир подвижных игр»**

для 1 класса

начального общего образования

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Гаврилюк В.Л.,  
учитель начальных классов

с. Покровка 2024г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Мир подвижных игр» для учащихся 1 класса составлена на основе приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74229); примерной рабочей программы начального общего образования «Физическая культура»; в соответствии с планом внеурочной деятельности МКОУ «Костинологовская СОШ» на 2024- 2025 учебный год и Положением МКОУ «Костинологовская СОШ» о рабочей программе по учебным предметам, курсам, модулям и внеурочной деятельности по ФГОС НОО, ООО, СОО.

**Цель курса:** создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

**Место курса в плане внеурочной деятельности МКОУ «Костинологовская СОШ»:** курс предназначен для учащихся 1 класса; рассчитан на 1 час в неделю /34 часа в год.

### Содержание курса внеурочной деятельности

*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, 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.

*Игры*

#### Подвижные игры с элементами легкой атлетики (13ч)

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро поместам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно- силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

#### Подвижные игры с элементами спортивных игр (7ч)

Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями. Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты. Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники иутки»; Эстафеты. Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

#### Народные игры (6ч)

Русские народные игры: «Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры: «Куропатки охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище», «Волк и олени», «Тройной прыжок», «Перетягивание

палки Талтыюх», «Стрелок».

### **Зимние забавы (4ч)**

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

### **Соревнования (3ч)**

Эстафеты.

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

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 играх и нестандартных ситуациях;

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;

понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;

целостный, социально ориентированный взгляд на мир;

ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;

освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### *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;

### *Познавательные УУД:*

добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;

осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;

перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;

устанавливать причинно-следственные связи.

оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;

### *Коммуникативные УУД:*

овладение диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение при взаимодействии со сверстниками;

общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

умение высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по

предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;

умение совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;  
 допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;  
 умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;  
 умение формулировать собственное мнение и позицию.

### ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

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.

### Тематическое планирование

№ п/п	Наименование тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	<b>Подвижные игры с элементами легкой атлетики</b>	13	<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> «Сферум» <a href="https://sferum.ru">https://sferum.ru</a> <a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a> <a href="http://nsportal.ru/skola/fizkultura-i-sport/library">http://nsportal.ru/skola/fizkultura-i-sport/library</a>
2	<b>Зимние забавы</b>	4	
3	<b>Народные игры</b>	6	
	<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр. Соревнования</b>	10	

### Поурочное планирование

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения занятий
<b>Подвижные игры с элементами легкой атлетики (13ч)</b>			

1	Подвижные игры «Совушка», «Кто скорее соберется».	1	Игры
2	Подвижные игры «Салки», «Лягушка и цапля».	1	Игры
3	Подвижные игры «Гуси-лебеди», «Перемена мест»	1	Игры
4	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза».	1	Игры
5	Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка».	1	Игры
6	Подвижные игры Карлики и великаны», «Запрещенные движения».	1	Игры
7	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята».		Игры
8	Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда»	1	Игры
9	Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки»	1	Игры
10	Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор»	1	Игры
11	Подвижная игра «Кошки-мышки»	1	Игры
12	Эстафеты	1	Игры
13	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»	1	Игры
<b>Зимние забавы (4ч)</b>			
14	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки»	1	Игры
15	Подвижные игры «Не пропусти шайбу», «Метко в цель»	1	Игры
16	Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники»	1	Игры
17	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты	1	Игры
<b>Народные игры (6ч)</b>			
18	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки»		Игры
19	Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок»	1	Игры
20	Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки».	1	Игры
21	Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера»	1	Игры

22	Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище»	1	Игры
23	Подвижные игры «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».	1	Игры
<b>Подвижные игры с элементами спортивных игр. Соревнования. (10ч)</b>			
24	Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	1	Игры
25	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч».	1	Игры
26	Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки».	1	Игры
27	Удар по неподвижному и катящемуся мячу.	1	Игры
28	Ведение и остановка мяча.	1	Игры
29	Эстафеты.	1	Игры, соревнования
30	Соревнование по подвижной игре «Снайпер».	1	Игры, соревнования
31	Эстафеты с мячами.	1	Игры, соревнования
32	Встречные эстафеты.	1	Игры, соревнования
33	Комбинированные эстафеты.	1	Игры, соревнования





















