

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа» с.п.Нижний Черек

Принято  
на заседании педагогического совета.  
Протокол № 1 от 29.08.2016г.

«Утверждаю»  
Директор МКОУ СОШ с.п. Нижний Черек  
Т.Т. Гемрякова  
« 31 » 08 2016г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Подвижные игры»

Учителя начальных классов:  
Гавриловой Фатимы Ауссовны.

с. п. Нижний Черек, 2016г.

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана на основе ФЗ «Образовании в РФ».ФГОС начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

При составлении рабочей программы использованы методические пособия и Интернет ресурсы:

1. М. Н. Жуков «Подвижные игры», Москва АКАДЕМА, 2000 г.
2. Программы «Физическая культура», 1- 4 классы, авторы Петрова Т.А., Копылов Ю.В., Петров С.С. «Начальная школа XXI века» М.: Издательский центр «Вентана-Граф», 2011 г.
3. Сайт «Начальная школа»  
<http://1-4.prosv.ru>

### **Цель данной программы:**

- содействие всестороннему развитию личности,
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащихся,
- формирование гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

### **Задачи направлены на:**

- формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- способствование воспитания нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.
- выработку умения в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу;

Программа рассчитана на 4 года,135 часов.В 1 классе-33 часа,2-4 классы по 34 часа. Программа рассчитана на детей 7-10 лет.

### **Результаты освоения курса внеурочной деятельности:**

**Универсальными компетенциями** учащихся по курсу «Подвижные игры» являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её 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.

**Личностными результатами** освоения 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 (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** освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» являются следующие умения:

- 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;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» 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.

### **Содержание программы**

Подвижная игра – это относительно самостоятельная деятельность детей, в которой ярко выражена роль движений. Игры - естественный источник радостных эмоций, самовыражения. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики и воспитания. Игра – ведущая деятельность детей. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, развитию физических качеств, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

**1.1 Сюжетные игры.** “Два мороза”, “Гуси-лебеди”, “Веселые ребята”, “Космонавты”, “Быстро по местам”, “Волк во рву”, “Медведь и пчелы”, “Зайцы и волк”, “Воробушки и кот”, “Белые медведи”, “Вороны и воробьи”, “Ловишки-перебежки”, “Салки”, “Хвостики”, “Коршун и наседка”, “Колдунчики”, “Кот идет”, “Не ошибись” (с рисунками зверей и птиц), “Кошки-мышки”, “Птицы без гнезда”, “Шишки, желуди, орехи”. Для сюжетных игр “характерны роли с соответствующими для них двигательными действиями. Сюжет может быть образный (“Медведь и пчелы”, “Зайцы и волк”, “Воробушки и кот”) и условный (ловишки, пятнашки, перебежки).

**1.2 Бессюжетные игры.** В бессюжетных играх все дети выполняют одинаковые движения. “Класс смирно!”, “Запрещенное движение”, “К своим

флажкам”, “Пустое место”, “Карлики и великаны”, “Найди себе пару”, “Чья команда быстрее построится”, “Придумай фигуру”, “На одной ноге”, “Увернись от мяча”, “Быстро по местам”, “У ребят порядок строгий”, “Удочка”, “Невод”, “Третий лишний”.

### ***1.3 Игры с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр***

Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метании); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	1класс			2класс			3класс			4класс		
		все го	в том числе		все го	в том числе		все го	в том числе		все го	в том числе	
			тео рия	прак тика									
I	Введение. Знакомство с кружком и его программой По нятие « Подвижные игры ». История возникновения под вижных игр. Прави ла игр и техника безопасности в играх.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
II	История возникновения национальных игр народов Кавказа. Техника безопасности на занятиях и соревнованиях.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
III	Подвижные игры без применения спортивных снарядов.	9		9	10		10	10		10	10		10
IV	Подвижные игры народов КБР.  Правила игр и техника безопасности в играх.	10		10	10		10	10		10	10		10
V	Подвижные игры с применением спортивных снарядов.	9		9	9		9	9		9	9		9
VI	Самостоятельный поиск игр детьми. Тестирование.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
VII	Соревнования	2		2	2		2	2		2	2		2
	Итого:	33	1,5	31,5	34	1,5	32,5	34	1,5	32,5	34	1,5	32,5

## УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	I класс			Дата пров.	
		всего	теория	Практика	план	факт
<b>I</b>	<b>Введение. Знакомство с кружком и его программой Понятие «Подвижные игры». История возникновения подвижных игр. Правила игр и техника безопасности в играх.</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
<b>II</b>	<b>История возникновения национальных игр народов Кавказа. Техника безопасности на занятиях и соревнованиях.</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
<b>III</b>	<b>Подвижные игры без применения спортивных снарядов.</b>	<b>9</b>		<b>9</b>		
1.	<i>Подвижные игры . Совушка. Волки во рву.</i>			1		
2.	<i>Игра «Кто скорее соберется», «Лягушки и цапля».</i>			1		
3.	<i>Салки. Совушка.</i>			1		
4.	<i>Правила игр и техника безопасности в играх. Горелки. Чехарда.</i>			1		
5.	<i>Гуси – лебеди. Перемена мест Шишки, желуди, орехи.</i>			1		
6.	<i>Техника безопасности на занятиях. Два мороза. Кто дальше?</i>			1		
7.	<i>Прыжки по полоскам. Лиса и куры. Зайцы, сторож и Жучка.</i>			1		
8.	<i>Веселая змейка. День ночь. Мышеловка</i>			1		
9.	<i>«Карлики и великаны», «Запрещенные движения».</i>			1		
<b>IV</b>	<b>Подвижные игры народов КБР.  Правила игр и техника безопасности в играх.</b>	<b>10</b>		<b>10</b>		
1.	<i>Горелочки. Пятнашки.</i>			1		
2.	<i>Кто первый? Иголка, нитка и узелок.</i>			1		
3.	<i>Заря. Ляпка.</i>			1		
4.	<i>Снежинки, ветер и мороз. Казачья игра «Лошадки»</i>			1		
5.	<i>Игра «Казачата». Отобрать палочку. Перетягивание каната.</i>			1		
6.	<i>Всадники. Казачья игра «Надень папаху».</i>			1		
7.	<i>Салки. Шушукали.</i>			1		
8.	<i>Весёлые эстафеты.</i>			1		
9.	<i>Потиг. Конники.</i>			1		
10.	<i>игра-поиск -Атаманов клад.</i>			1		
<b>V</b>	<b>Подвижные игры с применением</b>	<b>9</b>		<b>9</b>		

	<b>спортивных снарядов.</b>					
1.	<i>Игра «С мячом под дугой», Попрыгунчики – воробушки.</i>			1		
2.	<i>Эстафеты. Игра «Кто быстрее перенесет кегли»</i>			1		
3.	<i>Игры со скакалками. «Кто быстрее?», «Кто дальше?», «Кто умеет?»</i>			1		
4.	<i>Техника безопасности на занятиях. Мяч соседу. Через кочки и пенечки.</i>			1		
5.	<i>Правила игр и техника безопасности в играх. На санках с пересадкой. Снежные круги. Веселые поезда.</i>			1		
6.	<i>Метко в цель. Перетягивание каната. Отобрать палочку.</i>			1		
7.	<i>Выбивной. Беги и собирай.</i>			1		
8.	<i>Мяч – соседу. Через кочки и пенёчки.</i>			1		
9.	<i>Удочка. Не давай мяча водящему.</i>			1		
<b>VI</b>	<b>Самостоятельный поиск игр детьми. Тестирование.</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
<b>VII</b>	<b>Соревнования</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
1.	<i>Техника безопасности на соревнованиях. Кавказская спартакиада</i>			1		
2.	<i>Техника безопасности на соревнованиях. Игра «Зарница»</i>			1		
	<b>ИТОГО</b>	<b>33</b>	<b>1,5</b>	<b>31,5</b>		

## 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	2 класс			Дата пров.	
		всего	теория	практика	план	факт
<b>I</b>	<b>Введение. Знакомство с кружком и его программой Понятие «Подвижные игры». История возникновения подвижных игр. Правила игр и техника безопасности в играх.</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
<b>II</b>	<b>История возникновения национальных игр народов Кавказа. Техника безопасности на занятиях и соревнованиях.</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
<b>III</b>	<b>Подвижные игры без применения спортивных снарядов.</b>	<b>10</b>		<b>10</b>		
1.	<i>Мы веселые ребята Вызов номеров</i>			<i>1</i>		
2.	<i>«Домики и гномики», «Через ручеек»</i>			<i>1</i>		
3.	<i>«Пустое место, «Кот идет».</i>			<i>1</i>		
4.	<i>«Птица без гнезда», «Быстро по местам».</i>			<i>1</i>		
5.	<i>«Ловишки», «Карлики и великаны».</i>			<i>1</i>		
6.	<i>Бой петухов. Бездомный заяц.</i>			<i>1</i>		
7.	<i>«Воробушки и автомобиль.», «Светофор»,</i>			<i>1</i>		
8.	<i>«Волк во рву», . «Кошки мышки».</i>			<i>1</i>		
9.	<i>«Два мороза» . «Возьми крепость.»</i>			<i>1</i>		
10.	<i>«Куры и лиса». «Лада».</i>			<i>1</i>		
<b>IV</b>	<b>Подвижные игры народов КБР.  Правила игр и техника безопасности в играх.</b>	<b>10</b>		<b>10</b>		
1.	<i>Колесо. Конники.</i>			<i>1</i>		
2.	<i>В город. Потиг.</i>			<i>1</i>		
3.	<i>Шушукали. Брыль.</i>			<i>1</i>		
4.	<i>Казачья игра «Надень папаху». Игра «Чехорда».</i>			<i>1</i>		
5.	<i>Салки. Кувшинчик.</i>			<i>1</i>		
6.	<i>Перетягивание пальцами. Перетягивание каната.</i>			<i>1</i>		
7.	<i>Всадники. Салки.</i>			<i>1</i>		
8.	<i>Кувшинчик. Цветы.</i>			<i>1</i>		
9.	<i>Весёлые эстафеты.</i>			<i>1</i>		
10.	<i>игра-поиск -Атаманов клад.</i>			<i>1</i>		
<b>V</b>	<b>Подвижные игры с применением спортивных снарядов.</b>	<b>9</b>		<b>9</b>		
1.	<i>Прыжки под длинную веревку. Охота на уток.</i>			<i>1</i>		
2.	<i>Перебежки с выручкой. Мяч с четырех сторон.</i>			<i>1</i>		

3.	<i>Салки с мячом. Метко в цель.</i>			<i>1</i>		
4.	<i>Караси и щука. Охотники и утки.</i>			<i>1</i>		
5.	<i>Передал – беги. За флажками.</i>			<i>1</i>		
6.	<i>Удочка. Горячая картошка.</i>			<i>1</i>		
7.	<i>Выбивной.</i>			<i>1</i>		
8.	<i>Футбол.</i>			<i>1</i>		
9.	<i>Веселые эстафеты с предметами.</i>			<i>1</i>		
<b>VI</b>	<b>Самостоятельный поиск игр детьми. Тестирование.</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
<b>VII</b>	<b>Соревнования</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
1.	<i>Техника безопасности на соревнованиях. Кавказская спартакиада</i>			<i>1</i>		
2.	<i>Техника безопасности на соревнованиях. Игра «Зарница»</i>			<i>1</i>		
	<b>ИТОГО</b>	<b>33</b>	<b>1,5</b>	<b>31,5</b>		

## 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	3 класс			Дата пров.	
		всего	теория	практика	план	факт
I	Введение. Знакомство с кружком и его программой Понятие «Подвижные игры». История возникновения подвижных игр. Правила игр и техника безопасности в играх.	1	0,5	0,5		
II	История возникновения национальных игр народов Кавказа. Техника безопасности на занятиях и соревнованиях.	1	0,5	0,5		
III	Подвижные игры без применения спортивных снарядов.	10		10		
1.	Подвижные игры . День и ночь. Кто обгонит? Шутливая эстафета.			1		
2.	Линейная эстафета с бегом. Пятнашки маршем.			1		
3.	Техника безопасности на занятиях. Эстафеты с прыжками. Западня. Компас.			1		
4.	Правила игр и техника безопасности в играх. Бой петухов. Бездомный заяц.			1		
5.	Линейная эстафета с бегом. Караси и щуки. Вызов номеров			1		
6.	По звериным следам. Великан.			1		
7.	Совушка. Белки, волки, лисы.			1		
8.	Удочка. Перемена мест.			1		
9.	Море волнуется – раз. Прыгай через ров.			1		
10.	Пятнашки с передачей.			1		
IV	Подвижные игры народов КБР.  Правила игр и техника безопасности в играх.	10		10		
1.	Пятнашки с мячом.			1		
2.	Бег на выдохе. Бег с палкой – «копьем» (палка).			1		
3.	Игра с веревкой (веревка длиной 3-3,5 м). Прыжки под длинную веревку.			1		
4.	Борьба спинами стоя (маты). «Хоровод с подснежниками».			1		
5.	Перетягивание палки (палка длиной 60-80 см, толщиной 4-5 см). Перетягивание каната (канат – веревка длиной 20 м, толщиной 3-4 см).			1		
6.	игра-поиск -Атаманов клад.			1		
7.	Медведь (длинная веревка, посреди которой сделана петля).			1		
8.	Игры с шашкой (палка).			1		

9.	<i>«Гори–гори, ясно».Игра «Схоронички».</i>			<i>1</i>		
10.	<i>Не замай. Сторожевые.</i>			<i>1</i>		
<b>V</b>	<b>Подвижные игры с применением спортивных снарядов.</b>	<b>9</b>		<b>9</b>		
1.	<i>Техника безопасности на занятиях. Гонка мячей по кругу. Выиграть время.</i>			<i>1</i>		
2.	<i>Подвижная цель. Охотники и утки.</i>			<i>1</i>		
3.	<i>Салки – ноги от земли. Попади в мяч.</i>			<i>1</i>		
4.	<i>Крепость. Эстафета «под обстрелом». Попади в городок.</i>			<i>1</i>		
5.	<i>Футбол.</i>			<i>1</i>		
6.	<i>Альпинисты. Эстафета с лазанием и перелезанием.</i>			<i>1</i>		
7.	<i>Игра с веревкой. Перетягивание каната. Кто самый ловкий?</i>			<i>1</i>		
8.	<i>Пионербол.</i>			<i>1</i>		
9.	<i>Техника безопасности на занятиях. Побеждают ловкие. Эстафета на горке.</i>			<i>1</i>		
<b>VI</b>	<b>Самостоятельный поиск игр детьми. Тестирование.</b>	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
<b>VII</b>	<b>Соревнования</b>	<b>2</b>		<b>2</b>		
1.	<i>Техника безопасности на соревнованиях. Кавказская спартакиада</i>	<i>1</i>		<i>1</i>		
2.	<i>Техника безопасности на соревнованиях. Игра «Зарница»</i>	<i>1</i>		<i>1</i>		
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	<b>1,5</b>	<b>32,5</b>		

## 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	4 класс			Дата пров.	
		всего	теория	практика	план	факт
I	Введение. Знакомство с кружком и его программой Понятие «Подвижные игры». История возникновения подвижных игр. Правила игр и техника безопасности в играх.	1	0,5	0,5		
II	История возникновения национальных игр народов Кавказа. Техника безопасности на занятиях и соревнованиях.	1	0,5	0,5		
III	Подвижные игры без применения спортивных снарядов.	7		7		
1.	<i>Мышеловка. Горелки. Коришун и наседка. Не отступись.</i>	1		1		
2.	<i>Штурм зимнего бастиона. Салки со снежками.</i>	1		1		
3.	<i>Два Мороза. Меткий стрелок.</i>	1		1		
4.	<i>Цепи кованные. Лада.</i>	1		1		
5.	<i>Третий лишний. Цветные автомобили.</i>	1		1		
6.	<i>Ручеёк. Поезд.</i>	1		1		
7.	<i>Весёлые эстафеты.</i>	1		1		
8.	<i>«Ловишка в кругу». Кто самый ловкий?</i>			1		
9.	<i>Линейная эстафета с бегом</i>			1		
10.	<i>Лада. Цепи кованные.</i>			1		
IV	<b>Подвижные игры народов КБР.</b>  <b>Правила игр и техника безопасности в играх.</b>	<b>14</b>		<b>14</b>		
1.	<i>Игра «Чехорда» Линейная эстафета с бегом.</i>	1		1		
2.	<i>Игра «Городки»</i>	1		1		
3.	<i>Пятнашки от земли с мячом.</i>  <i>Пятнашки казаков.</i>	1		1		
4.	<i>Прыжки под длинную веревку</i>	1		1		
5.	<i>Игра с веревкой . Прыжок за прыжком.</i>	1		1		
6.	<i>Перетягивание с помощью ремня</i> <i>Догони и коснись.</i>	1		1		
7.	<i>Перетягивание каната..</i>	1		1		
8.	<i>Игры с шашкой.» « Надень папаху»</i>	1		1		
9.	<i>«Схоронички» . Пятнашки с маршем.</i>	1		1		
10.	<i>«Как по морю». Казачий круг .</i>	1		1		
V	<b>Подвижные игры с применением спортивных снарядов.</b>	<b>8</b>		<b>8</b>		
1.	<i>Перебежки с выручкой. Снайперы.</i>	1		1		

2.	<i>Бег за флажками. Удочка.</i>	1		1		
3.	<i>Перестрелка. Мяч с четырех сторон.</i>	1		1		
4.	<i>Снайперы. Эстафета с клюшками.</i>	1		1		
5.	<i>Не давай мяч водящему. Охотники и утки.</i>	1		1		
6.	<i>Футбол.</i>	1		1		
7.	<i>Пионербол.</i>	1		1		
8.	<i>Лепта.</i>	1		1		
9.	<i>Мини-футбол</i>			1		
<b>VI</b>	<b>Самостоятельный поиск игр детьми. Тестирование.</b>	1	0,5	0,5		
<b>VII</b>	<b>Соревнования</b>	2		2		
1.	<i>Техника безопасности на соревнованиях. Кавказская спартакиада</i>	1		1		
2.	<i>Техника безопасности на соревнованиях. Игра «Зарница»</i>	1		1		
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	<b>1,5</b>	<b>31,5</b>		

