

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кузбасса

Управление образования администрации г. Кемерово

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 65»

Обсуждено на заседании методического объединения  
Протокол № 1 от 27.08.2023 г.

Утверждено Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 27.08.2023г.  
Директор школы Л.А.Пятибратова

Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
для обучающихся 1-4 классов

Составитель:  
Перзин И.В., Зарубина Т.С.,  
учителя физической культуры  
МБОУ «СОШ № 65»

Кемерово, 2023 г.

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	4
3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.....	8
4. Тематическое планирование.....	18

## **Пояснительная записка**

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости обучающихся, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень форсированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих обучающихся, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии или продолжали существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией “встраивания” разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

**Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;

- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе;
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» рассчитана на 135 часов (33 часа - 1 класс из расчета 33 учебных недели), (34 часа - 2-4 классы в год из расчета на 34 учебных недели) с проведением занятий 1 раз в неделю.

Содержание занятий 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.

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

#### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

## МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **1 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закалывающими процедурами и укреплением здоровья;

- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

#### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

К концу обучения в 4 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

#### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств.

## Содержание курса внеурочной деятельности

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 «Подвижные игры» 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.

*В программе предусмотрены следующие игры:*

1. *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убежать, 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.

### Весь материал разделяется на отдельные разделы:

1. раздел - «Русские народные игры», изучается с 1-го по 4-й класс.
2. раздел - «Игры народов России», изучается со 2 по 4-й класс.
3. раздел - «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.
4. раздел - «Эстафеты», изучается в 1-4-х классах.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

цели изучения по каждому разделу:



### «Русские народные игры»

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

### «Игры народов России»

Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.

### «Подвижные игры»

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

### «Эстафеты»

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

### Формы занятий:

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

### Содержание курса внеурочной деятельности (1 класс)

№ п/п	Содержание курса	Форма организации занятий	Количество часов	Форма организации деятельности учащихся	Виды деятельности
1.	Гуси-лебеди	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
2.	У медведя во бору	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
3.	Филин и пташки	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
4.	Палочка- выручалочка	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
5.	Блуждающий мяч	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
6.	Классики	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
7.	Ловушка в кругу	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
8.	Пчелки и ласточки	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
9.	К своим флажкам	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная

10.	Кот идет	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
11.	Северный и южный ветер	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
12.	Соревнования скороходов	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
13.	Колдунчики	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
14.	Аисты	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
15.	Пчелы и медведи	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
16.	Хитрая лиса	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
17.	Ловишки с приседаниями	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
18.	Переправа с досками	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
19.	Туннель	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
20.	Собери урожай	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
21.	На погрузке арбузов	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
22.	Принеси мяч	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
23.	Успей перебежать	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
24.	С мячом	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
25.	Весёлые старты	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
26.	Совушка	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
27.	Мышеловка	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
28.	Пустое место	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
29.	Карусель	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая,

					спортивно-оздоровительная
30.	Кто быстрее?	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
31.	Конники-спортсмены	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
32.	Лягушата и цыплята	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
33.	Карлики и великаны	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная

### Содержание курса внеурочной деятельности (2 класс)

№ п/п	Содержание курса	Форма организации занятий	Количество часов	Форма организации деятельности учащихся	Виды деятельности
1.	Русская народная игра «Жмурки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
2.	Русская народная игра «Кот и мышь»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
3.	Русская народная игра «Горелки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
4.	Русская народная игра «Салки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
5.	Русская народная игра «Пятнашки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
6.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
7.	Русская народная игра «Фанты»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
8.	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
9.	Русская народная игра «Волк»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
10.	Русская народная игра «Птицелов»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
11.	Подвижная игра «Совушка»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
12.	Подвижная игра «Мышеловка»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная

13.	Подвижная игра «Пустое место»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
14.	Подвижная игра «Карусель»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
15.	Подвижная игра «Кто быстрее?»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
16.	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
17.	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
18.	Подвижная игра «Карлики и великаны»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
19.	Эстафета «Передача мяча»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
20.	Эстафета «С мячом»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
21.	Эстафета зверей	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
22.	Эстафета «Быстрые и ловкие»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
23.	Эстафета «Вызов номеров»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
24.	Эстафета по кругу	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
25.	Эстафета с обручем	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
26.	Эстафета со скакалкой	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
27.	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
28.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
29.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
30.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
31.	Марийская народная игра «Катание мяча»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
32.	Татарская народная игра	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая,

	«Серый волк»				спортивно-оздоровительная
33.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
34.	Чувашская игра «Рыбки»	Внеаудиторная	1	Групповая	

### Содержание курса внеурочной деятельности (3 класс)

№ п/п	Содержание курса	Форма организации занятий	Количество часов	Форма организации деятельности учащихся	Виды деятельности
1.	Русская народная игра «Краски»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
2.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
3.	Русская народная игра «Ляпка»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
4.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
5.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
6.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
7.	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
8.	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
9.	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
10.	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
11.	Марийская народная игра «Катание мяча»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
12.	Татарская народная игра «Серый волк»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
13.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
14.	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
15.	Чечено-ингушская игра	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая,

	«Чиж»				спортивно-оздоровительная
16.	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
17.	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
18.	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
19.	Чувашская игра «Рыбки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
20.	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
21.	Эстафета «Вызов номеров»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
22.	Эстафета по кругу	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
23.	Эстафета с обручем	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
24.	Эстафета с мячом	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
25.	Эстафета «Быстрые и ловкие»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
26.	Эстафета «Встречная»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
27.	Русская народная игра «Салки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
28.	Русская народная игра «Пятнашки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
29.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
30.	Русская народная игра «Фанты»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
31.	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
32.	Русская народная игра «Волк»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
33.	Русская народная игра «Птицелов»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
34.	Русская народная игра	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-

	«Горелки»				оздоровительная
--	-----------	--	--	--	-----------------

### Содержание курса внеурочной деятельности (4 класс)

№ п/п	Содержание курса	Форма организации занятий	Количество часов	Форма организации деятельности учащихся	Виды деятельности
1.	Русская народная игра «Краски»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
2.	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
3.	Русская народная игра «Ляпка»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
4.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
5.	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
6.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
7.	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
8.	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
9.	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
10.	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
11.	Марийская народная игра «Катание мяча»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
12.	Татарская народная игра «Серый волк»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
13.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
14.	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
15.	Чечено-ингушская игра «Чиж»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
16.	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень»,	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная

	«Борьба»				
17.	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
18.	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
19.	Чувашская игра «Рыбки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
20.	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
21.	Эстафета «Вызов номеров»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
22.	Эстафета по кругу	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
23.	Эстафета с обручем	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
24.	Эстафета с мячом	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
25.	Эстафета «Быстрые и ловкие»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
26.	Эстафета «Встречная»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
27.	Русская народная игра «Салки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
28.	Русская народная игра «Пятнашки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
29.	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
30.	Русская народная игра «Фанты»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
31.	Русская народная игра с приседаниями «Ловушки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
32.	Русская народная игра «Волк»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
33.	Русская народная игра «Птицелов»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная
34.	Русская народная игра «Горелки»	Внеаудиторная	1	Групповая	Игровая, спортивно-оздоровительная



### Тематический план (1 класс)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	8
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	8
	итого	33

### Тематический план (2 класс)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Подвижные игры	8
3	Эстафеты	8
4	Игры народов России	7
	итого	34

### Тематический план (3 класс)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	11
2	Эстафеты	6
3	Игры народов России	17
	итого	34

### Тематический план (4 класс)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	19
2	Эстафеты	8
3	Игры народов России	7
	итого	34

**Тематическое планирование занятий по внеурочной деятельности «Подвижные игры»  
1-й класс (33 часа)**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Подвижная игра «Гуси-лебеди»	1	
2	Подвижная игра «У медведя во бору»	1	
3	Подвижная игра «Филин и пташки»	1	
4	Подвижная игра «Палочка- выручалочка»	1	
5	Подвижная игра «Блуждающий мяч»	1	
6	Подвижная игра «Классики»	1	
7	Подвижная игра «Ловушка в кругу»	1	
8	Подвижная игра «Пчелки и ласточки»	1	
9	Подвижная игра «К своим флажкам»	1	
10	Подвижная игра «Кот идет»	1	
11	Подвижная игра «Северный и южный ветер»	1	
12	Подвижная игра «Соревнования скороходов»	1	
13	Подвижная игра «Колдунчики»	1	
14	Подвижная игра «Аисты»	1	
15	Подвижная игра «Пчелы и медведи»	1	
16	Подвижная игра «Хитрая лиса»	1	
17	Подвижная игра «Ловишки с приседаниями»	1	
18	Подвижная игра «Переправа с досками»	1	
19	Подвижная игра «Туннель»	1	
20	Подвижная игра «Собери урожай»	1	
21	Подвижная игра «На погрузке арбузов»	1	
22	Подвижная игра «Принеси мяч»	1	
23	Подвижная игра «Успей перебежать»	1	
24	Подвижная игра «С мячом»	1	
25	Подвижная игра «Весёлые старты»	1	
26	Подвижная игра «Совушка»	1	
27	Подвижная игра «Мышеловка»	1	

28	Подвижная игра «Пустое место»	1	
29	Подвижная игра «Карусель»	1	
30	Подвижная «Кто быстрее?»	1	
31	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1	
32	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1	
33	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1	

**Календарно - тематическое планирование  
занятий по внеурочной деятельности «Подвижные игры» 2-й класс (34 часов)**

№ п/п	Тема занятия	Кол- во	Дата
1	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»	1	
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	
9	Русская народная игра «Волк»	1	
10	Русская народная игра «Птицелов»	1	
11	Подвижная игра «Совушка»	1	
12	Подвижная игра «Мышеловка»	1	
13	Подвижная игра «Пустое место»	1	
14	Подвижная игра «Карусель»	1	
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1	
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1	
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1	
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1	
19	Эстафета «Передача мяча»	1	
20	Эстафета «С мячом»	1	
21	Эстафета зверей	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	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»	1	
33	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	
34	Чувашская игра «Рыбки»	1	

**Календарно - тематическое планирование  
занятий по внеурочной деятельности «Подвижные игры» 3-й класс (34 часов)**

№ п/п	Тема занятия	Кол -во	Дата
1	Русская народная игра «Краски»	1	
2	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1	
3	Русская народная игра «Ляпка»	1	
4	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	
5	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	
6	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	
7	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	1	
8	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	1	
9	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	1	
10	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1	
11	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	
12	Татарская народная игра «Серый волк»	1	
13	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	
14	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяц»	1	
15	Чечено-ингушская игра «Чиж»	1	
16	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	1	
17	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1	
18	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	1	
19	Чувашская игра «Рыбки»	1	
20	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1	
21	Эстафета «Вызов номеров»	1	
22	Эстафета по кругу	1	
23	Эстафета с обручем	1	
24	Эстафета с мячом	1	
25	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	
26	Эстафета «Встречная»	1	
27	Русская народная игра «Салки»	1	

28	Русская народная игра «Пятнашки»	1	
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	
30	Русская народная игра «Фанты»	1	
31	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	
32	Русская народная игра «Волк»	1	
33	Русская народная игра «Птицелов»	1	
34	Русская народная игра «Горелки»	1	

**Календарно - тематическое планирование  
занятий по внеурочной деятельности «Подвижные игры» 4-й класс (34 часов)**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	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»	1	
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1	
9	Русская народная игра «Волк»	1	
10	Русская народная игра «Птицелов»	1	
11	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1	
12	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1	
13	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	
14	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1	
15	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	
16	Татарская народная игра «Серый волк»	1	
17	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1	
18	Чувашская игра «Рыбки»	1	
19	Эстафета «Передача мяча»	1	
20	Эстафета со скакалкой	1	
21	Эстафета «С мячом»	1	
22	Эстафета зверей	1	
23	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	
24	Эстафета «Вызов номеров»	1	
25	Эстафета по кругу	1	
26	Эстафета с обручем	1	
27	Русская народная игра «Салки»	1	
28	Русская народная игра «Пятнашки»	1	
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	
30	Русская народная игра «Краски»	1	
31	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1	
32	Русская народная игра «Третий лишний»	1	
33	Русская народная игра «Пятнашки»	1	

34	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	
----	--	---	--