

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа п. Заволжский  
Пугачевского района Саратовской области»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Подвижные игры»  
для обучающихся 1-4 классов**

**п. Заволжский - 2023 год**

## СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ» .....	6
1 класс (34 ч) .....	6
2 класс (34 ч) .....	8
3 класс (34 ч) .....	9
4 класс (34 ч) .....	10
ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ .....	12
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....	13
1 класс (34 ч) .....	13
2 класс (34 ч) .....	13
3 класс (34 ч) .....	14
4 класс (34 ч) .....	15
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	16

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младших школьников.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Актуальность данной программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

Новизна данной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия народов Поволжья (русских, казахов, чувашей, мордвы, татар, немцев).

Практическая значимость программы «Подвижные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровье-сбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Связь с другими программами. Элементы данной программы присутствуют в таких разделах государственной программы, как «Окружающий мир», «Математика», «Литературное чтение», «Русский язык».

Вид программы. Модифицированная

Цель программы сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

Задачи программы

Образовательные:

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству народов Поволжья.
- Расширение кругозора младших школьников. Развивающие:
- Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности. Воспитательные:
- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Отличительными особенностями программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума

Возраст детей, участвующих в реализации программы: учащиеся 1-4 классов (7 – 11 лет).

Сроки реализации. Программа рассчитана на 4 года. Курс включает 135-136 занятий: одно занятие в неделю, 33- 34 занятия за учебный год с первого по четвертый класс.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 40 минут. Занятия проводятся на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

Формы занятий:

Ведущей формой организации обучения является групповая. Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- смена личностных интересов и запросов учащихся.

Виды деятельности: игровая, познавательная.

Ожидаемые результаты.

1 класс:

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.

2 класс:

- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.

3 класс:

- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.

4 класс:

- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;

- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;

- Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей, сохранение зачётной системы оценивания знаний, проведение конкурсов, соревнований).

Личностные результаты

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

- умение выражать свои эмоции;

- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

- проговаривать последовательность действий во время занятия;

- учиться работать по определенному алгоритму.

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме;

- слушать и понимать речь других;
  - договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
  - учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).
- Формы подведения итогов реализации программы.
- Способы проверки знаний и умений:
- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
  - участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
  - открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.
- Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:
- весёлые старты;
  - спортивные эстафеты;
  - фестиваль игр;
  - праздник «Игромания»;
  - спортивный праздник «Богатырские потешки»;
  - «День здоровья».

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

### **1 класс (34 ч)**

#### **Игры с бегом (6 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».

- Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».

- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».

- Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».

- Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».

- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

#### **Игры с мячом (5 ч)**

*Теория.* История возникновения игр с мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».

- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».

- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».

- Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

### **Игры с прыжками (5 ч)**

*Теория.* профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».

- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».

- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».

- Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

### **Игры малой подвижности (5 ч)**

*Теория.* Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».

- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».

- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».

- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

### **Зимние забавы (4 ч)**

*Теория.* закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

*Практические занятия:*

- Игра «Скатывание шаров».

- Игра «Гонки снежных комов».

- Игра «Клуб ледяных инженеров».

- Игра «Мяч из круга».

- Игра «Гонка с шайбами».

- Игра «Черепахи».

### **Эстафеты (4 ч)**

*Теория.* знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

*Практические занятия:*

- Беговая эстафета.

- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками).

- Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

### **Народные игры (5 ч)**

*Теория.* Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан-ба».

- Разучивание народных игр. Игра «Чижик».

- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота».

- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".

## **2 класс (34 ч)**

### **Игры с бегом (5 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи».

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».

- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»  
Игра «Пустое место».

- Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо».

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».

### **Игры с прыжками (5 ч)**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».

- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше».

- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».

- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом».

### **Игры с мячом (5 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при играх с мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».

- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча  
Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч».

- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».

- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

### **Игры малой подвижности (5 ч)**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».

- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».

- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы».  
Игра «Чемпионы скакалки».

- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

### **Зимние забавы (4 ч)**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

*Практические занятия:*

- Игра «Лепим снежную бабу».



- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных».

### **Эстафеты (5 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки.

*Практические занятия:*

- Веселые старты.
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

### **Народные игры (5 ч)**

*Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок».
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка».
- Разучивание народных игр. Игра «Котел».
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

## **3 класс (34 ч)**

### **Игры с бегом (5 ч)**

*Теория.* Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки».
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих».

### **Игры с мячом (5 ч)**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить».
  - Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»
- Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
  - Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта».

### **Игры с прыжками (5 ч)**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».

- Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра «Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

### **Игры малой подвижности (5 ч)**

*Теория.* Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

*Практические занятия:*

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение».

Игра «Перемена мест».

- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух».
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест».

### **Зимние забавы (4 ч)**

*Теория.* Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

*Практические занятия:*

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

### **Эстафеты (5 ч)**

*Теория.* Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

*Практические занятия:*

- Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

### **Народные игры (5 ч)**

*Теория.* Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди».
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы».
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

## **4 класс (34 ч)**

### **Игры с бегом (5 ч)**

*Теория.* Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки».

### **Игры с мячом (5 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».

- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»  
Игра «Защищай ворота».

- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».  
Игра «Мяч в центре».

#### **Игры с прыжками (5 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».

- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «белые медведи».

- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».

- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

#### **Игры малой подвижности (5 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

#### **Зимние забавы (4 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двушажного хода, поворота в движении и торможение.

*Практические занятия:*

- Игра «Снежком по мячу».

- Игра «Пустое место».

- Игра «Кто дальше» (на лыжах).

- Игра «Быстрый лыжник».

#### **Эстафеты (5 ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.

*Практические занятия:*

- Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.

- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».

- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).

#### **Народные игры (5 ч)**

*Теория.* Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".
- Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".
- Разучивание народных игр. Игра "Коршун".
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки".

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **1 класс**

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.

### **2 класс**

- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.

### **3 класс**

- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.

### **4 класс**

- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;
- Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей, сохранение зачётной системы оценивания знаний, проведение конкурсов, соревнований).

## **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

### **Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму.

### **Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя.

### **Коммуникативные УУД:**

- умение оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 класс (34 ч)

№ п/п	Наименование разделов и тем учебного предмета	Количество часов	Основные виды деятельности учащихся	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	6	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/07/03/podvizhnye-igry-1-klass">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/07/03/podvizhnye-igry-1-klass</a>
2	Игры с мячом.	5	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	<a href="https://domovenok-as.ru/nashi-deti/igry-s-mjachom-dlja-detei-1-2-klasa.html">https://domovenok-as.ru/nashi-deti/igry-s-mjachom-dlja-detei-1-2-klasa.html</a>
3	Игры с прыжками (скакалки).	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://infourok.ru/igri-svyazannie-s-prizhkami-v-visotu-i-dlinu-472658.html">https://infourok.ru/igri-svyazannie-s-prizhkami-v-visotu-i-dlinu-472658.html</a>
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://infourok.ru/podvizhnie-igri-na-urokah-fizkulturi-klass-3517020.html">https://infourok.ru/podvizhnie-igri-na-urokah-fizkulturi-klass-3517020.html</a>
5	Зимние забавы.	4	Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://multiurok.ru/blog/zimnie-zabavy.html">https://multiurok.ru/blog/zimnie-zabavy.html</a>
6	Эстафеты.	4	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/25256-veselye-estafety-1-klass.html">https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/25256-veselye-estafety-1-klass.html</a>
7	Народные игры.	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2020/12/06/kartoteka-narodnyh-igr">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2020/12/06/kartoteka-narodnyh-igr</a>

### 2 класс (34 ч)

№ п/п	Тема раздела (или тема раздела и темы уроков)	Количество часов	Основные виды деятельности учащихся	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы

1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://infourok.ru/sbornik-podvizhnih-igr-dlya-klassov-1311619.html">https://infourok.ru/sbornik-podvizhnih-igr-dlya-klassov-1311619.html</a>
2	Игры с мячом.	5	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	<a href="https://domovenok-as.ru/nashi-deti/igrы-s-mjachom-dlja-detei-1-2-klasa.html">https://domovenok-as.ru/nashi-deti/igrы-s-mjachom-dlja-detei-1-2-klasa.html</a>
3	Игры с прыжками (скакалки).	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://summerncamp.ru/Игры_для_детей_с_прыжками">https://summerncamp.ru/Игры_для_детей_с_прыжками</a>
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://infourok.ru/malopodvizhnie-igrы-dlya-klassa-2677333.html">https://infourok.ru/malopodvizhnie-igrы-dlya-klassa-2677333.html</a>
5	Зимние забавы.	4	Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://kladraz.ru/igrы-dlja-detei/podvizhnye-igrы/zimmie-igrы-na-ulice-dlja-detei-7-10-let.html">https://kladraz.ru/igrы-dlja-detei/podvizhnye-igrы/zimmie-igrы-na-ulice-dlja-detei-7-10-let.html</a>
6	Эстафеты.	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://multiurok.ru/files/sportivnyie-estafety-1.html">https://multiurok.ru/files/sportivnyie-estafety-1.html</a>
7	Народные игры.	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://ped-kopilka.ru/nachalnaja-shkola/igrы-dlja-uchaschihsja-nachalnyh-klasov/ruskie-narodnye-igrы-dlja-mladshih-shkolnikov.html">https://ped-kopilka.ru/nachalnaja-shkola/igrы-dlja-uchaschihsja-nachalnyh-klasov/ruskie-narodnye-igrы-dlja-mladshih-shkolnikov.html</a>

### 3 класс (34 ч)

№ п/п	Тема раздела (или тема раздела и темы уроков)	Кол иче ств о час ов	Основные виды деятельности учащихся	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igrы-s-elementami-bega-i-pryzhkov-3-4-k.html">https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igrы-s-elementami-bega-i-pryzhkov-3-4-k.html</a>
2	Игры с мячом.	5	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	<a href="https://infourok.ru/podvizhnie-igrы-s-myachom-nachalnaya-shkola-2949121.html">https://infourok.ru/podvizhnie-igrы-s-myachom-nachalnaya-shkola-2949121.html</a>
3	Игры с прыжками (скакалки).	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://ktonazdorovogo.ru/kartoteka-podvizhnyx-igr-s-pryzhkami-dlya-detei.html">https://ktonazdorovogo.ru/kartoteka-podvizhnyx-igr-s-pryzhkami-dlya-detei.html</a>

4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием ; правильной осанки).	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://kopilkaurokov.ru/nachalnyeKlassi/prochee/igry_raznoi_podvizhnosti_dlia_mladshikh_shkolnikov">https://kopilkaurokov.ru/nachalnyeKlassi/prochee/igry_raznoi_podvizhnosti_dlia_mladshikh_shkolnikov</a>
5	Зимние забавы.	4	Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://kladraz.ru/igry-dlja-detei/podvizhnye-igry/zimnie-igry-na-ulice-dlja-detei-7-10-let.html">https://kladraz.ru/igry-dlja-detei/podvizhnye-igry/zimnie-igry-na-ulice-dlja-detei-7-10-let.html</a>
6	Эстафеты.	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://multiurok.ru/files/mietodichieskaia-razrabotka-otkrytogo-uroka-podvizhnye-ighry-estafiety-dlia-3-klassa.html">https://multiurok.ru/files/mietodichieskaia-razrabotka-otkrytogo-uroka-podvizhnye-ighry-estafiety-dlia-3-klassa.html</a>
7	Народные игры.	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://pedkopilka.ru/nachalnaja-shkola/igry-dlja-uchaschihsja-nachalnyh-klasov/ruskie-narodnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html">https://pedkopilka.ru/nachalnaja-shkola/igry-dlja-uchaschihsja-nachalnyh-klasov/ruskie-narodnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html</a>

#### 4 класс (34 ч)

№ п/п	Тема раздела (или тема раздела и темы уроков)	Количество часов	Основные виды деятельности учащихся	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igry-s-elementami-bega-i-pryzhkov-3-4-k.html">https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igry-s-elementami-bega-i-pryzhkov-3-4-k.html</a>
2	Игры с мячом.	5	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	<a href="https://infourok.ru/podvizhnye-igry-s-myachom-nachalnaya-shkola-2949121.html">https://infourok.ru/podvizhnye-igry-s-myachom-nachalnaya-shkola-2949121.html</a>
3	Игры с прыжками (скакалки).	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/31/sbornik-podvizhnye-igry-1-4-klass</a>
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием)	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://infourok.ru/malopodvizhnye-igri-dlya-klassa-2677333.html">https://infourok.ru/malopodvizhnye-igri-dlya-klassa-2677333.html</a>

	; правильной осанки).			
5	Зимние забавы.	4	Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://domovenok-as.ru/nashi-deti/igry-dlja-shkolnikov-zimoi.html">https://domovenok-as.ru/nashi-deti/igry-dlja-shkolnikov-zimoi.html</a>
6	Эстафеты.	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://infourok.ru/sportivnie-estafeti-dlya-klassa-1056106.html">https://infourok.ru/sportivnie-estafeti-dlya-klassa-1056106.html</a>
7	Народные игры.	5	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.	<a href="https://kladraz.ru/igry-dlja-detei/narodnye-igry-dlja-detei-nachalnyh-klasov.html">https://kladraz.ru/igry-dlja-detei/narodnye-igry-dlja-detei-nachalnyh-klasov.html</a>

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров «Физическая культура» учебник для учащихся общеобразовательных учреждений 1-2, 3-4 классы. «Вентана – Граф». 2019.

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров «Физическая культура» учебник для учащихся общеобразовательных учреждений 1-2, 3-4 классы. «Вентана – Граф». 2019.

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

<http://cnit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1>

<http://school-collection.edu.ru>

<http://www.openclass.ru>

<http://spo.1september.ru/urok>



### Аннотация рабочей программы

Название рабочей программы	Краткая характеристика программы	Срок, на который разработана рабочая программы
<p>Рабочая программа по предмету «Подвижные игры»</p>	<p>Программа по учебному предмету «Подвижные игры» включает: содержание обучения, планируемые результаты освоения программы учебного предмета, тематическое планирование.</p> <p>Целью освоения предмета «Подвижные игры» в 1-4 классе является:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.</li> </ul> <p>Структура учебного курса:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- игры с бегом;</li> <li>- игры с мячом;</li> <li>- игры с прыжками;</li> <li>- игры малой подвижности;</li> <li>- зимние забавы;</li> <li>- эстафеты;</li> <li>- народные игры.</li> </ul> <p>Новизна данной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия народов Поволжья (русских, казахов, чувашей, мордвы, татар, немцев).</p> <p>Практическая значимость программы «Подвижные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровье сбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.</p> <p>Возраст детей, участвующих в реализации программы: учащиеся 1-4 классов (7-11 лет).</p> <p>Сроки реализации: программа рассчитана на 4 года.</p> <p>Курс включает 135-136 занятий: одно занятие в</p>	<p>2023-2027</p>

	неделю, 33-34 занятия за учебный год с первого по четвертый класс.	
--	--	--