

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 20»

Рассмотрено:
Школьным методическим объединением
учителей начальных классов
Руководитель ШМО _____ Кондратьева А.Н
Протокол от №1 от 27.08.2025г

Утверждено:
Приказом директора МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №20»
_____ Салангина Е.В.
Приказ №52 от 29.08.2025 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
Подвижные игры на свежем воздухе, 1-4 класс
название курса, класс

(спортивно-оздоровительное направление)

Рабочая программа по внеурочной деятельности является частью основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №20» и состоит из следующих разделов:

- 1) Результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- 2) Содержание курса внеурочной деятельности;
- 3) Тематическое планирование

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры на свежем воздухе» 1 класс.

Личностные результаты

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

1. Регулятивные УУД:

- планирование общей цели и пути её достижения;
- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- осуществление самоконтроля и взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения поставленных задач;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, одноклассников;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.

Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

2 класс.

Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

3 класс

Личностные результаты:

- воспитание доброжелательного и заботливого отношения к одноклассникам на принципах взаимопомощи и сопереживания;
- умение учащихся управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;
- осуществлять взаимный контроль.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- формулировать собственное мнение и позицию;
- ориентироваться на партнёра, стремиться к сотрудничеству (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения;
- учиться выполнять различные роли в группе.

4 класс.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры на свежем воздухе» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты

1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

2. Содержание курса внеурочной деятельности **«Подвижные игры на свежем воздухе» с указанием форм организации** **и видов деятельности.**

1 класс.

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо...», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел (Полный перечень игр дан в приложении)

Русские народные игры: «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», «Наседка и коршун», «Удар по веревочке».

Подвижные игры: «Волк во рву», «Салки», «Класс смирно!», «Запрещенное движение», «К своим флажкам», «Карлики и великаны», «Найди себе пару», «У ребят порядок строгий», «Кочка, дорожка, копна», «Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», «Космонавты», «Зайцы в огороде».

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», игры с использованием скороговорок, «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай, чей голосок», «Определим игрушку».

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.

Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); 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).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры».

Формы организации внеурочной деятельности: кружок

Виды внеурочной деятельности: наблюдения, прогулки, игры, спортивные соревнования. Используются такие **формы работы**, как беседа, игра, соревнования, спортивные праздники.

Форма организации: спортивный час. Основные виды деятельности: познавательная и игровая деятельность.

Содержание занятий включает в себя игровые элементы.

2 класс.

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо.», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел (Полный перечень игр дан в приложении)

Русские народные игры: «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», «Наседка и коршун», «Удар по веревочке».

Подвижные игры: игра «Король», игра «Кегельбан», игра «Попади», игра «Кто дальше?»

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», игры с использованием скороговорок., «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай, чей голосок», «Определим игрушку».

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.

Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); 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).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры».

Форма организации внеурочной деятельности: спортивный час

Основные виды внеурочной деятельности: познавательная и игровая деятельность, а именно: беседа, игра, соревнования, спортивные праздники.

3 класс.

1.Игры с мячом

Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

2.Игры с элементами бега»

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.

3.Игры с элементами прыжков

В этот раздел вошли игры, которые помогают детям освоить навыки прыжков на одной, двух ногах; прыжки через скакалку и препятствие.

4.Народные игры

Включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении.

Форма организации внеурочной деятельности: спортивный час.

Виды внеурочной деятельности: беседы, игры, акции, конкурсы, праздники.

4 класс.

Игры с мячом

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 малыми мячами. Комплекс ОРУ с большими мячами. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Комплекс ОРУ с мячами.

Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч через веревку». Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Палочки - выручалочки». Игра «Кошка и мышка в лабиринте»

Игры с элементами бега

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

Практические занятия:

Комплекс ОРУ в движении. Комплекс ОРУ с предметами. Комплекс ОРУ на месте.

Игра «Хитрая лиса». Игра «Быстро возьми-быстро положи». Игра «Перемени предмет»

Народные игры

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр. Инструктаж по технике безопасности

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра «Волк во рву». Игра «Хвостики». Игра «Воробьи и вороны»

Зимние забавы

Теория. Инструктаж по технике безопасности

Практические занятия:

Игра «Укротитель диких зверей». Игра «В шляпе». Игра «Капитан, корабль, рифы». Игра «Переход пропасти»

Игры с прыжками

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по технике безопасности. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ. Комплекс ОРУ. Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Комплекс ОРУ.

Игра «Не намочи ноги». Игра «Стоп, машина». Игра «Тропинка - команда - кочки»

Бессюжетные игры

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

Практические занятия:

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Вороны и воробьи». Игра «Ловишки - перебежки». Игра

«Паровозик». Игра «Белые медведи». Игра «На одной ноге». Игра «Петушинный бой». Игра «Лошади». Игра «Веселый бег»

Народные игры

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр. Инструктаж по технике безопасности

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Русская народная игра «Краски». Русская народная игра «Стадо». Таджикская народная игра «Горный козел». Украинская народная игра «Хлебец». Чеченская народная игра «Игра в башню». Дагестанская народная игра «Достань шапку». Бурятская народная игра «Волк и ягнята». Казахская народная игра «Конное состязание»

Игры забавы

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

Практические занятия:

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Увернись от мяча». Игра «Сильный бросок». Игра «Космонавты»

Игра «Второй лишний». Игра «Шлепанки».Игра «Из круга выбивало». Веселые старты

Формы организации внеурочной деятельности: кружок

Виды внеурочной деятельности: беседы, игры, прогулки, акции, спортивные соревнования, конкурсы, спортивные праздники.

**3. Тематическое планирование программы курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры на свежем воздухе»
1 класс.**

№ п/п	Наименование темы
1.	Инструктажи
1.	Игры с бегом
2.	Игры с мячом
3.	Игры малой подвижности
4.	Зимние забавы
5.	Игры с прыжками
6.	Эстафеты
7.	Народные игры

2 класс.

№ п/п	Наименование темы
1	Игры с использованием мяча
2	Игры с использованием бега
3	Зимние забавы
5	Игры малой подвижности
6	Народные игры
7	Игры, связанные с прыжками

3 класс.

№ п/п	Наименование темы
1	Игры с мячом
2	Игры с бегом
3	Зимние забавы
4	Народные игры
5	Игры с прыжками

4 класс.

№ п/п	Наименование раздела
1.	Игры с мячом
2.	Игры с элементами бега
3.	Народные игры
4.	Зимние забавы
5.	Игры с элементами прыжков
6.	Бессюжетные игры

