

	<p style="text-align: center;">«Утверждаю» Директор МБОУ «СОШ № 2 им. С.И. Подгайнова г. Калининска Саратовской области» _____/И.В. Миронов/ Приказ № 383 « 29 » августа 2024 г</p>
--	---

Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
во 2 -3-х классах  
на 2024-2025 учебный год

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
протокол №1 от « 29 » августа 2023г

### Содержание курса внеурочной деятельности «Подвижные игры».

Кружок «Подвижные игры» входит во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

Содержание программы работы кружка «Подвижные игры» содержит следующие основные темы:

№ п.п.	Раздел	Количество часов
1	Спортивные и подвижные игры 1 Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча. 2 Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями. Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч». Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки». Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча.	15 часов.
2	Зимние виды игр Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов».	9 часов.
3	Спортивные эстафеты	9 часов

### Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры».

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

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

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

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Спортивные игры» являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Спортивные игры» являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### **Тематическое планирование по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры»**

№	Тема	Содержание	Характеристика деятельности обучающихся
1.	Упражнения о. ф. п. Подвижные игры: «Кузнечики».	Упражнения офп. Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
2	Подвижные игры: «Ловишки», футбол.	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», футбол.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
3	Освоение навыков построения в играх.	Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
4	Разучивание игр: «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками.	Разучивание игр: «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
5	Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
6	Разучивание игр: «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками.	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик» Футбол.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
7	Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во-бору».	Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами»	Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
8	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик».	Разучивание игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

		Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	
9	Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами»	Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.
10	Разучивание игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
11	Эстафета с прыжками через движущее препятствие.	Разучивание игры «Береги предмет»«Кто первый через обруч к флажку?»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
12	Эстафета с переноской предметов.	Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры футбол.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
13	Разучивание игры «Береги предмет».	«Пятнашки»,«С кочки на кочку», «Кот и мышь».Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
14	Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры футбол.	Игры «Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
15	«Пятнашки», Игры по выбору.	Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель
16	Прыжки в подвижных играх.	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
17	Игра «Удочка». Игры по выбору.	«Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору.	Игры.
18	Разучивание игр: «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.	«Гонки санок» «Попади в цель». Игры по выбору.	Игры
19	Разучивание игр «Совушка». Эстафета с мячами.	«Быстрые упряжки», «На санки» Игры по выбору.	Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные

			палки. Игры.
20	«Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору.	«Поменяй флажки», «Через препятствия» Самостоятельные игры футбол.	Изменение скорости передвижения скользящим шагом и попеременным двушажным ходом.
21	Челночный бег. Игры с мячом.	Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки»	Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.
22	«Гонки санок», «Попади в цель». Игры по выбору.	Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето» Игры по выбору.	Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.
23	Спортивные игры по упрощенным правилам - ручной мяч.	Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.	Игры.
24	Спортивные игры по упрощенным правилам - ручной мяч.	Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки	Игры.
25	«Быстрые упряжки», «На санки». Игры по выбору.	Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен» Самостоятельные игры футбол.	Игры.
26	«Поменяй флажки», «Через препятствия». Самостоятельные игры футбол.	«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафеты.
27	Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь». Комбинированная эстафета.	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей.
28	Подвижные игры с мячом.	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: футбол.	Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.
29	Игры «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка». Комбинированная эстафета. Игры по выбору.	«Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в	Соревнования. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых

		корзину. Самостоятельные игры.	способностей.
30	Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик».	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.
31	Самостоятельные игры: футбол.	Игры «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка». Комбинированная эстафета. Игры по выбору.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
32	Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен». Самостоятельные игры футбол.	Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
33	Подвижные игры с мячом. Спортивные игры по упрощенным правилам.	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.
34	Итоговые соревнования	Эстафеты.	Подвижные игры.