

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Порогская средняя общеобразовательная школа»**

Рассмотрено  
на заседании ШМО  
Протокол № 1 от 17.08.2023г.

Утверждено  
директором школы  
приказ № 102 от 24.08.2023г.

**Рабочая программа  
по внеурочной деятельности физкультурно-спортивной  
и оздоровительной направленности**

**Спортивные игры  
1-4 классы**

Разработчик программы  
Учитель Русанов Юрий Львович  
Педстаж 16 лет

## Планируемые результаты

Результаты освоения программного материала оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

### Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

### Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

### Предметные результаты:

#### Ученик научится:

- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

#### Ученик получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультурминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

## Тематическое распределение количества часов 1 - 4 классы

№ п/п	Тема раздела	Количество теории	Часов практики
1	Техника безопасности	1	-
2	Беседы	3	-
3	Игры	-	<b>30</b>
	Итого		34 часа

## Содержание программы

## 1-4 класс

### Тема 1. Техника безопасности - 1 час

ТБ при занятиях подвижными играми. ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе.

### Тема 2. Беседы - 3 часа

Беседа «Личная гигиена». Беседа «Закаливание организма». Беседа: «Твой организм».

### Тема 3. Игры - 30 часов

«К своим флажкам», «Запрещенные движения». «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам». «Фигуры», «Флюгер». «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики». «Кот идет», «Товарищ командир» «Не ошибись», «Беги и собирай». «Берегись, Буратино», «Жмурки». «Дети и медведь», «Гуси - лебеди». «Зима - лето», «Космонавты». «Пчелки», «красная шапочка». Веселые эстафеты с предметами. «Пустое место», «Кот идет». «Птица без гнезда», «Быстро по местам». «Ловишки», «Карлики и великаны». «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты. «Колдунчики», Пчелки». «Через ручеек», «У ребят порядок строгий». «Стая», «Быстро по местам». «Летучие рыбки», «Жмурки». «Пчелы и медвежата», «Зима – лето». «Проведи», «Пчелки». «Светофор», «Гуси – лебеди». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Волк во рву», «Пустое место». «Воробушки», Берегись Буратино». «Зима - лето», «Космонавты». «Летает - не летает», «Статуя». «Кот идет», «Товарищ командир» «День и ночь», «Воробьи вороны». Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Колдунчик», «Салки выручали». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Проведи», «Пчелки». «Хитрая лиса», «Зима – лето».

### Календарно-тематическое планирование 1-4 классы

№	Тема занятия	Дата
1	Техника безопасности при занятиях подвижными играми.	
2	Игра «К своим флажкам»	
3	Игра «У ребят порядок строгий»	
4	Игра «Фигуры»	
5	Игра «Совушка»	
6	Беседа «Личная гигиена».	
7	Игра «Кот идет»	
8	Игра «Не ошибись»	
9	Игра «Берегись, Буратино»	
10	Игра «Дети и медведь»	
11	Игра «Космонавты».	
12	Беседа: «Твой организм».	
13	Игра «Пчелки»	
14	Веселые эстафеты с предметами.	
15	Игра «Пустое место	
16	Игра «Быстро по местам».	
17	Игра «Карлики и великаны».	
18	Игра «Пятнашки»	
19	Веселые старты.	
20	Игра «Колдунчики»	
21	Игра «Через ручеек»	
22	Игра «Стая»	
23	Игра «Летучие рыбки»	
24	Игра «Зима – лето».	
25	Игра «Проведи»	
26	Игра «Светофор»	
27	Игра «Птицы без гнезда».	
28	Игра «Шишки, желуди, орехи»	
29	Игра «Волк во рву»	
30	Беседа: «Закаливание организма».	
31	Игра «Воробушки»	
32	Игра «Статуя».	
33	Игра «Летает - не летает»	
34	Игра «Товарищ командир»	