

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №38
с углубленным изучением отдельных предметов»

Рассмотрено и принято
на заседании
Педагогического совета
протокол № 7
от 27 августа 2020г.



Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ №38»

Е.В. Васин
Приказ №89-р от 29 августа 2020

Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

направление: спортивно-оздоровительное

1,2,3,4,5 классы

Срок реализации: 1 год, 35ч.

**Составитель: Трикина А.А.,
учитель физической культуры**

Барнаул, 2020

Подвижные игры

Планируемые результаты освоения курса. Личностные результаты:

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

Метапредметные результаты:

- умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- умение 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;
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при
- 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;
- 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

Содержание курса

1класс

Игры малой подвижности: «Схвати», «Верёвочка», «Джанкен-пон».

Игры средней подвижности: «Не ошибись», «Запрещённый цвет», «Поймай мяч», «Канатоходец», «Не слышно за мячом», «Дотронься до...», «Сторож», «Красный свет - зелёный свет», «Аисты», «Называя дни недели».

Игры большей подвижности: «Вызов номера», «Жмурки», «Ноги от пола», «Снежные круги», «Западня», «Пятнышки мячом», «Круговая лапта», «Змейка», «Зеркало», «Лохматый пёс», «Нептун и рыбки», «Вороны и воробьи», «Двенадцать палочек», «Два мороза».

Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения: «Пропеллер», «Плавание», «Пчела», «Звезда», «Каток», «Разбойник».

2класс

Игры малой подвижности: «Настроение», «Бедный котёнок», «Воробышек чирикни», «Цапля».

Игры средней подвижности: «Ключи», «Не давай мяч водящему», «Ветер и флюгеры», «Не пропусти мяч», «Три стихии», «Река и ров», «Прогулка», «Мышеловка», «Второй лишний», «Золотое зёрнышко», «Три движения».

Игры большей подвижности: «Услышать своё имя», «Палочка выручалочка», «Птицы», «Охотники и утки», «Перемена мест», «Передал мяч, садись», «Не урони палку», «Догони свою пару», «Стоп! (мяч от стены)», «Два и три», «Построй шеренгу, круг, колонну», «Горелки», «Найди себе пару».

Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения: «Ворона», «Рукопожатие», «Восьмёрка», «Дирижёр», «Маляр», «Сборщик».

3класс

Игры малой подвижности: «Пять имён», «Камешки», «Конспираторы», «Нос - ухо - нос».

Игры средней подвижности: «Продвинь дальше», «Пройти бесшумно», «Стой спокойно», «Спящий пират», «Передай свёрточек», «Карлики-великаны», «Пустое место», «Кошки-мышки», «Барабу», «Путанка», «Тропинка».

Игры большей подвижности: «Ловишки с приседанием», «Шмель», «Бег по кочкам», «Посадка овощей», «Бег сороконожек», «Вьюны», «Скорый поезд», «На новое место», «Невидимки», «Северный и южный ветер», «Соревнование скороходов», «Попрыгунчики - воробушки», «Колдунчики».

Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения. «Аист», «Обруч», «Углы», «Танец змеи», «Художник», «Гусеница».

4класс

Игры малой подвижности: «Узнай, кто затейник», «Ладочки», «Чувство ритма», «Ногой по мячу».

Игры средней подвижности: «Запрещённое движение», «Товарищ командир», «Брито-стрижено», «Флюгер», «Быстрый и ловкий», «Бездомный щенок», «Эстафета с обручем», «Соседи», «Шишки, жёлуди, орехи», «Рыбы, птицы, звери», «Перелизы».

Игры большей подвижности: «Встань правильно», «Стая», «Птица без гнезда», «Хитрая лиса», «К своим флажкам», «Фигуры», «Кот идёт», «Пчёлы и медвежата», «Дети и медведи», «Космонавты», «Зима - лето», «Ловишки», «Филин и пташки».

Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения: «Ласточка», «Лыжник», «Совушка», «Слушай внимательно», «Мельница», «Гусеница».

5 класс

Подвижные игры: «Дорожки», «Змейка», «Пустое место», «Пятнашки с домом», «Мячик кверху», «Перебрасывание мяча», «Зевака», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Летучий мяч», «Болото», «Салка на одной нога».

Спортивные игры: «Городки», «Бадминтон», «Футбол»

Игры-соревнования (эстафеты): «Кто быстрее перенесет кегли», «Ходьба и бег с препятствиями», «Петушиный бой», «Кто скорее докатит обруч до флажка», «Не намочи ног», «Пройди не урони», «Кто дольше?», «Покрути обруч», «Кто быстрее соберет кубики», «Кто быстрее?», «Кто первым доставит флажок?», «Кто самый ловкий?», «Пройди по палке, сохраняя равновесие», «Лови быстрее, чтобы не упала», «Скачки на палочке», «Эстафета со скачками», «Эстафета с обручами», «Чья команда сильнее?», «Сбей кеглю», «Кольцеброс», «Передай мяч», «Лови и бросай – упасть не давай», «Закати мяч в ворота», «Передай мяч».

Игры малой подвижности: «Краски», «Фанты», «Колечко», «Веревочка», «Телефон», «Летит-не летит», «Море волнуется».

Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов
1 класс- 33 часа		
1	Игры малой подвижности	3 ч
2	Игры средней подвижности	10 ч
3	Игры большей подвижности	14 ч
4	Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения	6 ч
2 класс-35 часов		
1	Игры малой подвижности	4 ч
2	Игры средней подвижности	12 ч
3	Игры большей подвижности	13 ч
4	Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения	6 ч
3 класс-35 часов		
1	Игры малой подвижности	4 ч
2	Игры средней подвижности	11 ч
3	Игры большей подвижности	14 ч
4	Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения	6 ч
4 класс-35 часов		
1	Игры малой подвижности	4 ч
2	Игры средней подвижности	12 ч
3	Игры большей подвижности	13 ч
4	Коррекционно-профилактические игры и игровые упражнения	6 ч
5 класс – 35 часов		
1	Из истории игры	3 ч
2	Подвижные игры	12 ч
2	Спортивные игры	5 ч
3	Игры-соревнования (эстафеты)	8 ч
4	Игры малой подвижности	7 ч
	ИТОГО	173ч