

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №1» города Смоленска**

РАССМОТРЕНО  
на педагогическом  
совете

Протокол №1  
от «31» 08 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ПО КУРСУ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»  
В 4Б КЛАССАХ**

**Потёмкиной Марии Михайловны,  
учителя физической культуры**

**2023/ 2024 учебный год**

**Направленность программы** «Подвижные игры» является программой *спортивно-оздоровительной направленности*, предполагает дополнительный уровень освоения знаний и практических навыков, по функциональному предназначению – *оздоровительной, развивающей и познавательной*, по времени реализации – *1 год*

**Цель программы:** содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, способствовать оздоровлению и развитию ребенка, становлению нравственных и эстетических свойств личности, воспитанию любви к труду.

**Задачи** направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям подвижными играми и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.
- формирование основ самостоятельной двигательной деятельности, имеющие оздоровительные, развивающие и познавательные аспекты, направленные на расширение адаптационных, функциональных возможностей младших школьников за счет целенаправленного воздействия физических упражнений

**Возраст детей:** участвующих в реализации данной образовательной программы 4 класс.

**Сроки реализации образовательной программы:** рассчитана на 1 год обучения.

**Режим занятий:** занятия проводятся 1 раз в неделю, для 4 класса – 34 часа в год.

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Подвижные игры – действенное средство оздоровления ребенка. Процесс игры всегда связан с новыми двигательными действиями, новыми ощущениями, эмоциями. Ребенок – это деятель и деятельность его, прежде всего, выражается в движениях. Развитость движения – один из показателей нервно-психического развития. Игра формирует личность ребенка, в игре ребенок учится проявлять находчивость, инициативу, выдержку, развивает силу, быстроту, выносливость, гибкость и ловкость. Помимо физического развития игры способствуют становлению нравственных и эстетических представлений.

Программа представлена двумя блоками: народные игры, подвижные игры.

### **Учащиеся научатся:**

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

- узнают о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания. работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

### **Получат возможность научиться:**

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

### **Рекомендации по организации подвижных игр:**

- НЕОБХОДИМО КОНТРОЛИРОВАТЬ ВЫПОЛНЕНИЕ ПРАВИЛ ИГРЫ, НЕ ДОПУСКАТЬ ПРОЯВЛЕНИЯ РИСКОВАННЫХ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕЙСТВИЙ, РАСПРЕДЕЛЯТЬ ДЕТЕЙ НА КОМАНДЫ ТАК, ЧТОБЫ СИЛЫ БЫЛИ ПРИМЕРНО РАВНЫ;
- СЛЕДУЕТ ПОСТЕПЕННО УСЛОЖНЯТЬ СЮЖЕТ ИГРЫ ОТ УРОКА К УРОКУ, ОТ КЛАССА К КЛАССУ, ИНАЧЕ ОНА МОЖЕТ НАДОЕСТЬ РЕБЕНКУ;
- ДОХОДЧИВО ОБЪЯСНЯТЬ ПРАВИЛА ИГРЫ ВСЕМ ДЕТАМ, ЕСЛИ ЭТОГО НЕ СДЕЛАТЬ, ИГРА ПОТЕРЯЕТ ДЛЯ НИХ ВСЯКИЙ СМЫСЛ;
- ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ ВЫБРАТЬ ВОДЯЩЕГО, СЛЕДИТЬ, ЧТОБЫ В ЭТОЙ РОЛИ ПОБЫВАЛИ ВСЕ ИГРАЮЩИЕ НИ У КОГО НЕ ВОЗНИКЛО ОБИДЫ, ЧТОБЫ У ОБИЖЕННЫХ НЕ СФОРМИРОВАЛСЯ КОМПЛЕКС НЕПОЛНОЦЕННОСТИ. Необходимо подведение итогов игр.

**«Подвижные игры»  
Календарно-тематическое планирование 4 класс (34 часа)**

№	Название раздела, темы занятия	Содержание изучаемого материала в соответствии с ФГОС НОО	Кол и-чес тво часов	Тип занятия / Форма занятия	Требования к уровню подготовки учащихся (ЗУНЫ, ОУУН, УУД)	Средства наглядности, ЦОР	Вид и (или) форма контроля	Дата	
								По плану	Факт
<i>Подвижные игры 4а4б класс ( 34 часа)</i>									
1	Подвижные игры на выбор. Правила игр.	Первичный инструктаж. ТБ. Выбор и ограничение игрового пространства. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	1	Постановка игровой задачи.	<b>Знать:</b> правила ТБ на занятиях, правила игр ; текст зачина игр; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> соблюдать ТБ, выполнять правила игры, доброжелательно относиться к товарищам, быть внимательными; использовать речь для регуляции своего действия.		Контроль за выполнением действий.		
2	Игра «Пастух и овцы»	Первичный инструктаж. ТБ. Выбор и ограничение	1	Постановка игрово	<b>Знать:</b> правила ТБ на занятиях, правила игры «Пастух и овцы»; текст		Контроль за выполнен		

		игрового пространства. Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.		й задачи.	зачина игры; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> соблюдать ТБ, выполнять правила игры, доброжелательно относиться к товарищам, быть внимательными; использовать речь для регуляции своего действия.		ием действий.		
3	Игра «Мышеловка».	ТБ. Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Отработка игровых приёмов.	1	Постановка игровой задачи.	<b>Знать:</b> правила игры «Мышеловка» границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, планировать свои действия с поставленной задачей, формулировать собственное мнение и позицию; использовать речь для регуляции своего действия.		Контроль за выполнением действий.		
4	Игра «Жмурки».	ТБ. Правила игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов.	1	Постановка задачи	<b>Знать:</b> правила игры «Жмурки»; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, оценивать правильность выполнения действий, контролировать	Повязка для глаз, колокольчик.	Контроль за выполнением действий.		

					действия партнёра; использовать речь для регуляции своего действия.				
5	Игра «Мяч другому»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов.	1	Постан овка задачи	<b>Знать:</b> правила игры «Мяч другому»; слова зачина, границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, адекватно воспринимать предложения и оценку педагога и одноклассников, использовать речь для регуляции своего действия.	Мяч.	Контроль за выполнен ием действий.		
6	Игра « Постройся в круг»	ТБ. Правила игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов.	1	Постан овка игрово й задачи.	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности		Контроль за выполнен ием действий.		
7	Игра «Космонавты»	ТБ. Правила игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игры.	1	Постан овка задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; считалку по выбору водящего; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, самоанализ и		Контроль за выполнен ием действий.		

					самоконтроль результата; использовать речь для регуляции своего действия.				
8	Игра « Салки – ноги от земли»	ТБ. Правила игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр	1	Постан овка задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, ориентироваться на понимание причин успеха в игровой деятельности, вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок; ; использовать речь для регуляции своего действия.		Контроль за выполнен ием действий		
9	Игра «Медведи и пчёлы».	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постан овка задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, проявлять способность к самооценке на основе критериев успешности игровой деятельности;		Контроль за выполнен ием действий		
10	Игра «Бег сороконожек».	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	1	Постан овка задачи	<b>Знать:</b> правила игры; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила	Две верёвоч ки	Контроль за выполнен		



		Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.			игры, допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной;		ием действий		
11	<b>Праздник Игры.</b>	ТБ. Весёлые минутки. Самостоятельный выбор игр.	1	Занятие контроля и самооценки.	<b>Знать:</b> правила игр; считалки; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> строго соблюдать правила игр, допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной ; осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.	Маски персонажей, лента, верёвочки	Качество выполнения действий		
12	Игра «Карусель»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка задачи	<b>Знать:</b> правила игры; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; оценивать правильность выполнения действия; проявлять способность к самооценке на основе критериев	Верёвочка	Контроль за выполнением действий		

					успешности игровой деятельности;				
13	Игра « <b>Белые медведи</b> »	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; ориентироваться на игровой площадке; формулировать собственное мнение и позицию.		Контроль за выполнением действий		
14	Игра « <b>Забегалы</b> »	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; использовать речь для регуляции своего действия.	Скакалка	Контроль за выполнением действий		

15	Игра « <b>Люлька</b> »	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивать правильность выполнения действия;	Скакалка	Контроль за выполнением действий		
16	Игра « <b>Удочка</b> »	ТБ. Правила игры. Проведение игры. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия.	Верёвочка с мешочком.	Контроль за выполнением действий		
17	Игра « <b>Лягушата и цапля</b> »	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; оценивать правильность выполнения своих действий.	Верёвочка	Контроль за выполнением действий		

18	Игра «Бегуны и метатели»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; оценивать правильность выполнения действия; формулировать собственное мнение и позицию; использовать речь для регуляции своего действия.	Мячики	Контроль за выполнением действий		
19	Игра «Подвижная цель»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, быть внимательным, проявлять способность к самооценке на основе критериев успешности игровой деятельности; использовать речь для регуляции своего действия	Мяч	Контроль за выполнением действий		
20	Игра «Быстро шагай!»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки, слова зачина.		Контроль за выполнением		

		Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.		й задачи	<b>Уметь:</b> выполнять правила игры; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; контролировать свои действия и действия партнёра		ием действий		
21	Игра « <b>Не давай мяча водящему</b> »	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; быть внимательным; ориентироваться на позицию играющих в общении и взаимодействии; использовать речь для регуляции своего действия	Мяч	Контроль за выполнением действий		
22	Игра « <b>Перебежки под обстрелом</b> »	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, планировать свои действия с поставленной задачей, формулировать собственное мнение и позицию; быть ловким, увёртываться от мяча	Мяч	Контроль за выполнением действий		

23	Игра «Вышибалы»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, оценивать правильность выполнения действия; осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; использовать речь для регуляции своего действия	Мяч	Контроль за выполнением действий		
24	Игра «Воробьи вороны»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, быть внимательным, уметь подражать водящему; ориентироваться на позицию играющих в общении и взаимодействии;		Контроль за выполнением действий		
25	Игра «Сало»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры, самоанализ и самоконтроль результата; оценивать правильность выполнения действия;		Контроль за выполнением действий		

26	Игра « <b>Зайцы в огороде</b> »	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; использовать речь для регуляции своего действия	Мяч на резинке	Контроль за выполнением действий		
27	Игра « <b>Охотники и лисицы</b> »	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; ориентироваться на игровой площадке; быть внимательным.	Мяч	Контроль за выполнением действий		
28	Игра « <b>Ящерица</b> »	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; использовать речь для регуляции своего действия	Малый мяч	Контроль за выполнением действий		

29	Игра «Перестрелка»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; использовать речь для регуляции своего действия	Мяч	Контроль за выполнением действий		
30	Игра «У кого мяч?»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; ориентироваться на игровой площадке;	Теннисный мяч	Контроль за выполнением действий		
31	Игра «Стой!»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры ; считалку; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; быть внимательным.	Малый мяч	Контроль за выполнением действий		



32	Игра «Пятнашки с мячом»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры считалку; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; использовать речь для регуляции своего действия	Мяч	Контроль за выполнением действий		
33	Игра «Защита укрепления»	ТБ. Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры. Отработка игровых приёмов. Ситуация выбора игр.	1	Постановка игровой задачи	<b>Знать:</b> правила игры, границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> выполнять правила игры; использовать речь для регуляции своего действия; уметь наглядно показывать действия без слов.	Мяч, кегли.	Контроль за выполнением действий		
34	Игра- праздник «Здравствуй лето!» (заключительные занятия)	ТБ. Подвижные игры. Весёлые минутки. Самостоятельный выбор игр.	1	Занятие контроля и самооценки.	<b>Знать:</b> правила игр; считалки; границу игровой площадки. <b>Уметь:</b> строго соблюдать правила игр, допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной ;	Маски персонажей, атрибуты для игр.	Качество выполнения действий		

					осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.				
--	--	--	--	--	---	--	--	--	--

**Итого 34 часа**