

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## ГБОУ СОШ "ОЦ" п.г.т. Рощинский

**«РАССМОТРЕНО»**  
на заседании МО НШ  
руководитель Богданова Н.Г.  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.

**«СОГЛАСОВАНО»**  
заместитель директора по УВР  
Яндоло Н.В.  
«30» августа 2024 г.

**«УТВЕРЖДЕНО»**  
и.о. директора школы  
Барашкина Н.М.  
Приказ № 321 - од  
от 30.08.2024 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности

по направлению спортивно-оздоровительная деятельность

**«Подвижные игры народов России»**

для 4 класса

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры народов России» для 4 класса разработана в соответствии с требованиями :

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 (ред. от 18.07.2022) и

- Федеральной образовательной программой начального общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372).

- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. №2);

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28);

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р; СП 2.4.3648-20.

- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;

- В соответствии с ООП НОО ГБОУ СОШ «ОЦ» пгт Роцинский;

— Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры народов России» для 4 класса разработана на основе примерной программы внеурочного курса, авторская программа – «Подвижные игры» Баскаева Е.А., 2023г.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

**Цель программы** - создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

➤ становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;

➤ формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;

➤ духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;

➤ укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры народов России» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 4 класс — 34 часа в год

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Обучающиеся научатся:	Обучающиеся получают возможность научиться:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• основы истории развития подвижных игр в России;</li> <li>• педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;</li> <li>• возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;</li> <li>• индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;</li> <li>• правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;</li> <li>• значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;</li> <li>• проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;</li> <li>• разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения</li> </ul>
<b>ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ</b>	
У обучающихся будут сформированы:	Обучающиеся получают возможность для формирования:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• целостный, социально ориентированный взгляд на мир;</li> <li>• ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;</li> <li>• способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;</li> <li>• активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;</li> <li>• развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</li> </ul>	<p>ресурсы стрессоустойчивости;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</li> </ul>
<b>МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ</b>	
<b>1. Регулятивные УУД</b>	
Обучающиеся научатся:	Обучающиеся получают возможность научиться:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;</li> <li>• распределение функций и ролей в совместной деятельности;</li> <li>• принимать и сохранять учебную задачу;</li> <li>• планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</li> <li>• учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;</li> <li>• адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;</li> <li>• различать способ и результат действия;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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.</li> <li>• конструктивное разрешение конфликтов;</li> <li>• осуществление взаимного контроля;</li> <li>• оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;</li> <li>• планирование общей цели и пути её достижения;</li> <li>• адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях; отвечать за свои поступки</li> </ul>
<b>2. Познавательные УУД</b>	
Обучающиеся научатся:	Обучающиеся получают возможность научиться:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;</li> <li>• перерабатывать полученную информацию, делать выводы; устанавливать причинно-следственные связи</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;</li> </ul>
<b>3. Коммуникативные УУД</b>	
Обучающиеся научатся:	Обучающиеся получают возможность научиться:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);</li> <li>• адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;</li> <li>• допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов</li> <li>• совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;</li> <li>• учиться выполнять различные роли в группе.</li> </ul>

и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию

## II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

### 4 класс (34 часа)

#### Игры с бегом (10 часов)

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

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».
- Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки».

#### Зимние забавы (7 часа)

- *Теория.* Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

*Практические занятия:*

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «Езда на перекладных»
- Игра «Пустое место».

#### Народные игры (17 часов)

- *Теория.* Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба»
- Разучивание народных игр. Игра «Чижик»
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»

- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".
- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".
- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".
- Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".
- Разучивание народных игр. Игра "Коршун".
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки"

**Материально – техническое обеспечение программы:** мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.

### **Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов**

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: *викторины, конкурсы, ролевые игры, выполнение заданий соревновательного характера, оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ), результативность участия в конкурсных программах.*

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

4 класс			
№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Формы организации виды деятельности
1.	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды.	1	Инструктаж по ТБ
2.	Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».	1	Сюжетно-ролевая игра
3.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».	1	Сюжетно-ролевая игра
4.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1	Сюжетно-ролевая игра
5.	Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».	1	Сюжетно-ролевая игра
6.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1	Сюжетно-ролевая игра
7.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки».	1	Сюжетно-ролевая игра
8.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»	1	Сюжетно-ролевая игра
9.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег	1	Сюжетно-ролевая игра

	командами». Игра «Мешочек».		
10.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».	1	Сюжетно-ролевая игра
11.	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ	1	Инструктаж по ТБ
12.	Игра «Снежком по мячу».	1	Сюжетно-ролевая игра
13.	Игра «Лепим снежную бабу».	1	Сюжетно-ролевая игра
14.	Игра «Лепим сказочных героев»	1	Сюжетно-ролевая игра
15.	Игра «Санные поезда».	1	Сюжетно-ролевая игра
16.	Игра «Езда на перекладных»	1	Сюжетно-ролевая игра
17.	Игра «Пустое место».	1	Сюжетно-ролевая игра
18.	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники.	1	Беседа с элементами игры
19.	Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба»	1	Сюжетно-ролевая игра
20.	Разучивание народных игр. Игра «Чижик»	1	Сюжетно-ролевая игра
21.	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»	1	Сюжетно-ролевая игра
22.	Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".	1	Сюжетно-ролевая игра
23.	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	1	Сюжетно-ролевая игра
24.	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	1	Сюжетно-ролевая игра
25.	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	1	Сюжетно-ролевая игра
26.	Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	1	Сюжетно-ролевая игра
27.	Разучивание народных игр. Игра "Горелки".	1	Сюжетно-ролевая игра
28.	Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»	1	Сюжетно-ролевая игра
29.	Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»	1	Сюжетно-ролевая игра
30.	Разучивание народных игр. Игра "Мишени".	1	Сюжетно-ролевая игра
31.	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	1	Сюжетно-ролевая игра
32.	Разучивание народных игр. Игра "Бабки"	1	Сюжетно-ролевая игра
33.	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	1	Сюжетно-ролевая игра
34.	Наши любимые игры	1	Игровая программа