

Государственное бюджетное образовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа №2
«Образовательный центр» имени Героя Советского Союза И.Т.Красноватс.Большая Глушица
муниципального района Большеглушицкий Самарской области

«Рассмотрено»
на заседании методического
объединения учителей
начальных классов
Протокол № 1
от «29.08» 2019г

Руководитель МО
Рязанова /Фёдорова Т.В./

Принято»
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «30.08» 2019г.

«Утверждено»
приказом директора
ГБОУ СОИ №2»ОЦ»
с. Большая Глушица
от «30.08» 2019г.
Директор Фёдоров Е.Ю.



Модифицированная
(на основе программы Власовец Н.А. «Подвижные игры» для 1-4
классов)
программа внеурочной деятельности для учащихся 2-3 классов
«Подвижные игры»
Спортивно-оздоровительное
направление
Срок реализации- 3 года

Проверено О.П. /Кондратьевой О.П.
Заместитель директора
по воспитательной работе

Разработал учитель: Сорокина Н.М.

с.Большая Глушица
2019г.

Планируемые результаты

Познавательные УУД:

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- умения анализировать игровую ситуацию;
- структурирование знаний (в конце изучения блока);

Личностные УУД:

- уважать историю и культуру всех народов, воспитывать толерантность;
- осознавать свою этническую принадлежность;
- знать основные моральные нормы (справедливое распределение игровых ролей, взаимопомощь, честность, справедливость);
- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- установка на здоровый образ жизни

Регулятивные УУД:

- принимать и сохранять учебную задачу, учитывать установленные правила в планировании и контроле способа действия, различать способ и результат действия;
- способность к волевой саморегуляции, мобилизации сил и энергии

Коммуникативные УУД:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- задавать вопросы; контролировать действия партнёра;
- способность сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов

Содержание образовательной программы

1 год обучения

1. Введение (2ч)

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. История возникновения народных игр. Особенности игр народов Поволжья. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок.

2. Игры народов Поволжья (31 ч)

Русские народные игры: «У медведя во бору», «Филин и пташка», «Горелки», «Заря», «Коршун», «Гуси-лебеди», «Жмурки», «Кот и Мышь», «Посигутки», «Котлы» («Классы»).

Башкирские народные игры: «Стрелок», «Палка-кидалка», «Юрта», «Липкие пеньки».

Татарские народные игры: «Тимербай», «Продаем горшки», «Скок-перескок», «Серый волк», «Спутанные кони».

Мордовские народные игры: «Раю-раю», «Котёл».

Марийские народные игры: «Бой петухов», «Биляша».

Чувашские народные игры: «Воробьи и кошка», «Разорви цепь», «Иголка, нитка, узелок».

Удмуртские народные игры: «Водяной», «Догонялки».

3. Зимние игры (18ч.)

«Скатывание шаров», «Гонки снежных комков», строительные игры из снега, эстафета на санках, «Попади в цель», катание на санках-ледянках с горы, «Царь горы».

4. Игры с мячом (16 ч)

«Чемпионы малого мяча», «Чемпионы большого мяча», «Догони мяч», «Горячий мяч», эстафеты с мячом, «Встречный бой», «Летучий мяч», Мини-футбол, Пионербол.

Содержание образовательной программы

2 год обучения

1. Введение (1 ч.)

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. История появления эстафеты. Правила проведения эстафеты.

2. Проведение эстафет разного вида (15 ч.)

Эстафеты с предметами (булавы, мячи, скакалки). Эстафета встречная, круговая, парная.

3. Игры, упражнения с мячом (16 ч.)

4. Зимние игры (20ч.)

«Скатывание шаров», «Гонки снежных комков», строительные игры из снега, эстафета на санках, «Попади в цель», катание на санках-ледянках с горы, «Царь горы», эстафета «Быстрые упряжки», игра «Пройди лабиринт».

5. Общеразвивающие упражнения с предметом и без предмета (13 ч.)

Содержание образовательной программы

3 год обучения

1. Введение (1 ч.)

Правила техники безопасности в местах проведения подвижных игр.

2. Подвижные игры с бегом (4 ч.)

Развитие скоростных способностей: «Белые медведи», «Найди своё место», «К своим флажкам», «Вокруг домика хожу».

Развитие ловкости: «Волк во рву», «Два Мороза», «Салка, дай руку».

Развитие быстроты: «Встречные перебежки», «Караси и щуки».

3. Подвижные игры с прыжками. (4 ч.)

Развитие скоростно-силовых качеств, прыгучести: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Скок,скок», «Рыбак и рыбки», «Прыгай выше и дружнее», «Лягушки и цапли», «День, ночь».

4. Подвижные игры с метанием (5 ч.)

«Охотники и утки», «Кто дальше бросит», «Точный расчёт», «Метко в цель», «Метание в летящий мяч», «Метание в корзину».

5. Подвижные игры на закрепление строевых упражнений(4 ч.)

«Смена мест», «Стой спокойно», «Караси и щуки».

6. Подвижные игры на развитие равновесия(4ч.)

«Бой петухов», «Пройди и не задень», «Выведи из равновесия».

7. Подвижные игры с групповыми взаимодействиями(4 ч.)

«Кенгурбол», «Наперегонки парами», «Бег сороконожек», «Ловушки с мячом»

8. Подвижные игры с элементами волейбола (5 ч.)

«Успей поймать», «Мяч над верёвкой», «Волейбол с воздушными шарами».

9. Подвижные игры с элементами баскетбола (5 ч.)

«За мячом», «Мяч об пол», «Передай мяч».

10. Подвижные игры на развитие координации (3 ч.)

«Космонавты», «Выше ноги от земли», «Салка, дай руку».

11. Зимние подвижные игры (20 ч.)

«Скатывание шаров», «Гонки снежных комков», строительные игры из снега, эстафета на санках, «Попади в цель», катание на санках-ледянках с горы, «Царь горы», эстафета «Быстрые упряжки», игра «Пройди лабиринт».

Содержание образовательной программы

4год обучения

1. Введение (1 ч.)

Правила техники безопасности в местах проведения подвижных игр.

2. Игры – эстафеты (14 ч.)

Эстафеты с элементами равновесия, лазаньем, прохождением полосы препятствий. Зимние эстафеты «Быстрые упряжи», «Пройди лабиринт».

3. Упражнения с мячом (11 ч.)

Упражнения по владению мячом: ведение мяча на месте и в движении, правой и левой рукой, передача и ловля мяча в парах в движении и на месте, броски в цель.

4. Зимние игры (16 ч.)

Игры на свежем воздухе: «Гонки санок», «Попади в цель», «Гонки снежных комков», катание на санках-ледянках, «Сороконожки», «Царь горы», строительные игры из снега, катание на лыжах, коньках, спортивный праздник «Зимние забавы»

5. Командная игра «Пионербол» (8 ч.)

6. Весёлые старты, спортивные праздники (6 ч.)

Весёлые старты с мячом, «Зимние забавы»

7. Игры-аттракционы (5 ч.)

«Трудный прыжок», «Через скакалку втроем», «Ловкий перемах», «Жмурки-носильщики», «Меткий футболист»

8. Бадминтон (6 ч.)

Календарно – тематическое планирование

1 класс

№	Название темы	Кол-во часов	Дата
Ичетверть (16 ч)			
Игры народов Поволжья			
1.	Вводное занятие.	1	
2.	Русская народная игра «У медведя во бору»	1	
3.	Русская народная игра «Филин и пташка»	1	
4.	Русская народная игра «Горелки»	1	
5.	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	
6.	Русская народная игра «Посигутки»	1	
7.	Русская народная игра «Котлы» («Классы»)	1	
8.	Русская народная игра «Заря»	1	
9.	Русская народная игра «Коршун»	1	
10.	Русская народная игра «Гуси-лебеди»	1	
11.	Русская народная игра «Жмурки»	1	
12.	Башкирская народная игра «Палка – кидалка»	1	
13.	Башкирская народная игра «Стрелок»	1	
14.	Башкирская народная игра «Юрта»	1	
15.	Башкирская народная игра «Медный пень»	1	
16.	Башкирская народная игра «Липкие пеньки»	1	
II четверть (16 ч)			
Игры народов Поволжья			
17.	Татарская народная игра «Тимербай»	1	
18.	Татарская народная игра «Скок-перескок»	1	
19.	Татарские народные игры «Продаем горшки»	1	
20.	Татарская народная игра «Серый волк»	1	
21.	Татарская народная игра «Спутанные кони»	1	
22.	Мордовская народная игра «Раю-раю»	1	
23.	Мордовская народная игра «Круговой»	1	
24.	Марийская народная игра «Биляша»	1	
25.	Марийская народная игра «Бой петухов»	1	
26.	Чувашская народная игра «Разорви цепь»	1	
27.	Чувашская народная игра «Воробьи и кошка»	1	
28.	Чувашская народная игра «Иголка, нитка, узелок»	1	
29.	Удмуртские народные игры «Догонялки»	1	
30.	Удмуртские народные игры «Водяной»	1	
31.	Весёлые старты	1	
32.	Весёлые старты	1	
III четверть (18 ч)			
Зимние игры.			
33.	Вводное занятие.	1	
34.	Строительные игры из снега	1	
35.	«Попади в цель»	1	
36.	Катание на санках-лежанках с горы	1	
37.	«Скатывание шаров»	1	

38.	«Гонки снежных комков»	1	
39.	Строительные игры из снега	1	
40.	Катание на санках-ледянках с горы	1	
41.	Зимняя эстафета	1	
42.	Строительные игры из снега	1	
43.	«Попади в цель»	1	
44.	Катание на санках-ледянках с горы	1	
45.	«Попади в цель»	1	
46.	Спортивный праздник «Зимние забавы»	1	
47.	Эстафета на санках.	1	
48.	Катание на санках-ледянках с горы	1	
49.	«Царь горы»	1	
50.	Катание на санках-ледянках с горы	1	
IV четверть (16 ч)			
Игры с мячом			
51.	Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз»	1	
52.	Игра с мячом «Охотники и утки»	1	
53.	Игра «Салки с мячом»	1	
54.	Игра «Догони мяч»	1	
55.	Игра «Горячий мяч»	1	
56.	Игра «Встречный бой»,	1	
57.	Эстафета с мячом	1	
58.	Игра «Летучий мяч»	1	
59.	«Чемпионы малого мяча»	1	
60.	Мини-футбол, пионербол	1	
61.	Мини-футбол, пионербол	1	
62.	Мини-футбол, пионербол	1	
63.	Эстафета с мячом	1	
64.	«Чемпионы большого мяча»,	1	
65.	Весёлые старты	1	
66.	Спортивный праздник	1	

2 класс

№	Название темы	Кол-во часов	Дата
И четверть(16 ч.)			
1.	Вводное занятие. Правила проведения эстафеты	1	
2.	«Кто подходил?». Эстафета с булавами	1	
3.	«Кто подходил?». Эстафета с булавами	1	
4.	«Вызов номеров». Встречная эстафета	1	
5.	«Вызов номеров». Встречная эстафета	1	
6.	«Пустое место». Круговая эстафета	1	
7.	«Пустое место». Круговая эстафета	1	
8.	«Белый медведь». Парная эстафета	1	
9.	«Белый медведь». Парная эстафета	1	
10.	«Караси и щуки». Эстафета со скакалкой	1	
11.	«Караси и щуки». Эстафета со скакалкой	1	
12.	«Команда быстроногих». Забавная эстафета (со	1	

	многими предметами)		
13.	«Команда быстроногих». Забавная эстафета (со многими предметами)	1	
14.	«Лягушки-цапли», Эстафета «Не намочи ног»	1	
15.	«Лягушки-цапли», Эстафета «Не намочи ног»	1	
16.	Итоговый урок-соревнование.	1	
II четверть(16 ч.)			
17.	Правила техники безопасности при игре с мячом.	1	
18.	ОРУ с мячом. Ловля и передача мяча. «Пятнашки»	1	
19.	ОРУ с мячом. Ловля и передача мяча. «Пятнашки»	1	
20.	ОРУ с мячом. Ведение мяча правой и левой рукой. «Покати – догони»	1	
21.	ОРУ с мячом. Ведение мяча правой и левой рукой. «Покати – догони»	1	
22.	Эстафеты с мячом. Броски в цель.	1	
23.	Эстафеты с мячом. Броски в цель.	1	
24.	Эстафеты с мячом. Броски в цель.	1	
25.	Эстафеты с мячом. «Упасть не давай»	1	
26.	Эстафеты с мячом. «Упасть не давай»	1	
27.	Пионербол	1	
28.	Пионербол	1	
29.	Пионербол	1	
30.	Пионербол	1	
31.	Весёлые старты	1	
32.	Весёлые старты	1	
III четверть(20 ч.)			
33.	Правила техники безопасности при проведении игр на улице в зимний период	1	
34.	«Гонки санок», «Попади в цель»	1	
35.	«Гонки санок», «Попади в цель»	1	
36.	Эстафета «Быстрые упряжки», «Пройди лабиринт»	1	
37.	Эстафета «Быстрые упряжки», «Пройди лабиринт»	1	
38.	Катание на санках-лебянках	1	
39.	Катание на санках-лебянках	1	
40.	Катание на санках-лебянках	1	
42.	«Сороконожки», «Царь горы»	1	
43.	«Сороконожки», «Царь горы»	1	
44.	Строительные игры из снега	1	
45.	Строительные игры из снега	1	
46.	Спортивный праздник «Зимние забавы»	1	
47.	«Гонки снежных комков»	1	
48.	Катание на санках-лебянках	1	
49.	Катание на санках-лебянках	1	
50.	Катание на санках-лебянках	1	
51.	Зимние эстафеты	1	
52.	Зимние эстафеты	1	
53.	Зимние эстафеты	1	
IV четверть(16 ч.)			
53.	ОРУ без предмета	1	
54.	ОРУ без предмета	1	
55.	ОРУ со скакалкой	1	

56.	ОРУ со скакалкой	1	
57.	ОРУ с мячом	1	
58.	ОРУ с мячом	1	
59.	Бег в медленном темпе и с изменением направления	1	
60.	Бег в медленном темпе и с изменением направления	1	
61.	Ведение мяча на месте и в движении	1	
62.	Ведение мяча на месте и в движении	1	
63.	Передача и ловля мяча в парах на месте	1	
64.	Передача и ловля мяча в парах на месте	1	
65.	Передача и ловля мяча в парах на месте	1	
66.	Пионербол	1	
67.	Пионербол	1	
68.	Спортивный праздник	1	

3 класс

№	Тема	Кол-во часов	Дата
І четверть (16 ч.)			
1.	Вводное занятие	1	
2.	Подвижные игры с бегом	1	
3.	Подвижные игры с бегом	1	
4.	Подвижные игры с бегом	1	
5.	Подвижные игры с бегом	1	
6.	Подвижные игры с прыжками	1	
7.	Подвижные игры с прыжками	1	
8.	Подвижные игры с прыжками	1	
9.	Подвижные игры с прыжками	1	
10.	Подвижные игры с метанием	1	
11.	Подвижные игры с метанием	1	
12.	Подвижные игры с метанием	1	
13.	Подвижные игры с метанием	1	
14.	Подвижные игры с метанием	1	
15.	Весёлые старты	1	
16.	Весёлые старты	1	
ІІ четверть (16 ч.)			
17.	Подвижные игры на закрепление строевых упражнений	1	
18.	Подвижные игры на закрепление строевых упражнений	1	
19.	Подвижные игры на закрепление строевых упражнений	1	
20.	Подвижные игры на закрепление строевых упражнений	1	
21.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	
22.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	
23.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	

24.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	
25.	Подвижные игры с групповыми взаимодействиями	1	
26.	Подвижные игры с групповыми взаимодействиями	1	
27.	Подвижные игры с групповыми взаимодействиями	1	
28.	Подвижные игры с групповыми взаимодействиями	1	
29.	Подвижные игры с мячами	1	
30.	Подвижные игры с мячами	1	
31.	Подвижные игры с мячами	1	
32.	Подвижные игры с мячами	1	
III четверть (20 ч.)			
33.	Правила техники безопасности при проведении игр на улице в зимний период	1	
34.	Эстафета «На помеле»	1	
35.	Эстафета «На помеле»	1	
36.	«Попади в мишень»	1	
37.	«Попади в мишень»	1	
38.	«Попади в мишень»	1	
39.	«Санный городок»	1	
40.	«Санный городок»	1	
41.	«Санный городок»	1	
42.	Спортивный праздник «Зимние забавы»	1	
43.	Катание на санках-ледянках	1	
44.	Катание на санках-ледянках	1	
45.	Катание на санках-ледянках	1	
46.	Катание на санках-ледянках	1	
47.	Зимние эстафеты	1	
48.	Зимние эстафеты	1	
49.	Зимние эстафеты	1	
50.	Зимние эстафеты	1	
51.	Строительные игры из снега	1	
52.	Строительные игры из снега	1	
IV четверть (16 ч.)			
53.	Подвижные игры с элементами волейбола	1	
54.	Подвижные игры с элементами волейбола	1	
55.	Подвижные игры с элементами волейбола	1	
56.	Подвижные игры с элементами волейбола	1	
57.	Подвижные игры с элементами волейбола	1	
58.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	
59.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	
60.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	
61.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	
62.	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	
63.	Подвижные игры на развитие координации	1	
64.	Подвижные игры на развитие координации	1	
65.	Подвижные игры на развитие координации	1	
66.	Пионербол	1	
67.	Пионербол	1	
68.	Пионербол	1	

4 класс

№	Название темы	Кол-во часов	Дата
I четверть (16 ч.)			
1.	Вводное занятие. Правила проведения эстафеты	1	
2.	Эстафета с элементами равновесия	1	
3.	Эстафета с элементами равновесия	1	
4.	Эстафета с лазаньем и перелезанием	1	
5.	Эстафета с лазаньем и перелезанием	1	
6.	Эстафета на полосе препятствий	1	
7.	Эстафета на полосе препятствий	1	
8.	Встречная эстафета с бегом	1	
9.	Встречная эстафета с бегом	1	
10.	Встречная эстафета с бегом	1	
11.	Большая эстафета по кругу	1	
12.	Игры с мячом. Пионербол	1	
13.	Игры с мячом. Пионербол	1	
14.	Игры с мячом. Пионербол	1	
15.	Игры с мячом. Пионербол	1	
16.	Игры с мячом. Пионербол	1	
II четверть (16 ч.)			
17.	Упражнения по владению мячом. Ведение мяча на месте и в движении	1	
18.	Упражнения по владению мячом. Ведение мяча на месте и в движении	1	
19.	Упражнения по владению мячом. Ведение мяча правой и левой рукой	1	
20.	Упражнения по владению мячом. Ведение мяча правой и левой рукой	1	
21.	Упражнения по владению мячом. Ведение мяча правой и левой рукой	1	
22.	Упражнения по владению мячом. Передача и ловля мяча в парах в движении и на месте	1	
23.	Упражнения по владению мячом. Передача и ловля мяча в парах в движении и на месте	1	
24.	Упражнения по владению мячом. Передача и ловля мяча в парах в движении и на месте	1	
25.	Упражнения по владению мячом. Передача и ловля мяча в парах в движении и на месте	1	
26.	Упражнения по владению мячом. Броски в цель	1	

27.	Упражнения по владению мячом. Броски в цель	1	
28.	Весёлые старты с мячом	1	
29.	Весёлые старты с мячом	1	
30.	Пионербол	1	
31.	Пионербол	1	
32.	Пионербол	1	
Шчетверть (20 ч.)			
33.	Правила техники безопасности при проведении игр на улице в зимний период	1	
34.	Зимние игры на свежем воздухе «Гонки санок», «Попади в цель», «Гонки снежных комков»	1	
35.	Зимние игры на свежем воздухе «Гонки санок», «Попади в цель», «Гонки снежных комков»	1	
36.	Катание на санках-ледянках	1	
37.	Катание на санках-ледянках	1	
38.	Катание на санках-ледянках	1	
39.	Катание на санках-ледянках	1	
40.	«Сороконожки», «Царь горы»	1	
41.	«Сороконожки», «Царь горы»	1	
42.	Строительные игры из снега	1	
43.	Строительные игры из снега	1	
44.	Спортивный праздник «Зимние забавы»	1	
45.	Катание на лыжах, коньках	1	
46.	Катание на лыжах, коньках	1	
47.	Катание на лыжах, коньках	1	
48.	Катание на лыжах, коньках	1	
49.	Зимние эстафеты «Быстрые упряжки», «Пройди лабиринт»	1	
50.	Зимние эстафеты «Быстрые упряжки», «Пройди лабиринт»	1	
51.	Зимние эстафеты «Быстрые упряжки», «Пройди лабиринт»	1	
52.	Зимние эстафеты «Быстрые упряжки», «Пройди лабиринт»	1	
IV четверть (16 ч.)			
53.	Игра «Трудный прыжок»	1	
54.	Игра «Через скакалку втроем»	1	
55.	Игра «Ловкий перемаш»	1	
56.	Игра «Жмурки-носильщики»	1	

57.	Игра «Меткий футболист»	1	
58.	Бадминтон	1	
59.	Бадминтон	1	
60.	Бадминтон	1	
61.	Бадминтон	1	
62.	Бадминтон	1	
63.	Бадминтон	1	
64.	Весёлые старты	1	
65.	Весёлые старты	1	
66.	Весёлые старты	1	
67.	Весёлые старты	1	
68.	Итоговый урок	1	

Литература:

1. Жуков М. Н. Подвижные игры. – М.: Academia, 2000. – 157 с.
2. Кенеман А. В. Детские подвижные игры народов СССР. – М.: Просвещение, 1988. – 239 с.
3. Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. – М.: Просвещение, 2003.
4. Былеева Л. В., Яковлев В. Г. «Подвижные игры». М.: ФиС, 2006 г.
5. Коротков И. М. «Подвижные игры в занятиях спортом». М.: ФиС, 2006 г.
6. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. — М.: Издательский центр «Академия», 2000