

**Частное общеобразовательное учреждение основная общеобразовательная школа  
«Умка»**

Рассмотрено на  
заседании МО  
учителей школы  
Протокол № \_\_\_\_  
от  
\_\_\_\_\_

Согласовано Зам.  
директора по УВР  
\_\_\_\_\_  
Кабанова А.Н.  
дата  
\_\_\_\_\_

Утверждаю  
Директор ЧОУ ООШ  
«Умка»  
\_\_\_\_\_  
—  
Русакова О.Н.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по курсу внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»**

**5-6 класс**

**Срок реализации 2 года**

**Составитель: Казармщикова А.С**

**г. Магнитогорск**

## **Планируемый результаты освоения учебного предмета, курса.**

Рабочая программа устанавливает требования к результатам обучающихся, освоивших основную образовательную программу основного общего образования: *личностным*, включающим готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированности мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированностью основ гражданской идентичности.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса**

**Личностными результатами** освоения, учащимися содержания курса являются следующие умения:

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

**Метапредметными результатами** освоения, учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- 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.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- 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;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- 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 внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.**

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В данную программу вошли народные игры, распространенные в России за последнее столетие. А также интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **5 КЛАСС**

| <b>№п\п</b> | <b>Тема занятия</b>                                      | <b>Кол-во часов</b> |
|-------------|--|---------------------|
| <b>1.</b>   | <b>Теоретическая часть</b>                               | <b>3</b>            |
| 1           | Теоретико-практическое занятие - «Что мы знаем об играх» | 1                   |

|            |   |           |
|------------|---|-----------|
| 2          | Просмотр учебного фильма – «Фестиваль подвижных игр »   | 2         |
| <b>2.</b>  | <b>Практическая часть</b>   | <b>32</b> |
| <b>2.1</b> | <b>Сюжетные игры</b>  |           |
| 1          | Правила поведения и безопасности во время занятий подвижными играми. «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «У медведя во бору», «Космонавты» | 1         |
| 2          | «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «Космонавты», «Космонавты»   | 1         |
| 3          | «Волк во рву», «Два мороза», «Море волнуется», «Воробушки и кот», «У медведя во бору»   | 1         |
| 4          | «Волк во рву», «Ловишки-перебежки», «Салки», «Коршун и наседка», «Кошки-мышки»  | 1         |
| 5          | «Хвостики», «Воробьи и вороны», «Колдунчики», «Медведь и пчелы», «Кошки-мышки»  | 1         |
| 6          | «Ловишки-перебежки», «Не ошибись» (с рисунками зверей и птиц), «Кошки-мышки», «Воробьи и вороны», «Колдунчики»  | 1         |
| 7          | «Ловишки-перебежки», «Не ошибись», «Кошки-мышки», «Воробьи и вороны», «Колдунчики»  | 1         |
| 8          | «Хвостики», «Колдунчики», «Медведь и пчелы»   | 1         |
| 9          | Динамическая игра «Зачем детям нужны игры?»   | 1         |
| 10         | Игры по выбору детей  | 1         |
| 11         | Игры по выбору детей  | 1         |
| <b>2.1</b> | <b>Бессюжетные игры</b>   | <b>10</b> |
| 12         | «Класс смирно!», «К своим флажкам», «Пустое место», «Карлики и великаны», «Землемеры», «Невод»,   | 1         |
| 13         | «Класс смирно!», «К своим флажкам», «Салки», «Чья команда быстрее построится», «Нади себе пару»   | 1         |
| 14         | «Запрещенное движение», «Карлики и великаны», «Салки», «Невод», «Пустое место»  | 1         |
| 15         | «Класс смирно!», «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры», «Увернись от мяча»  | 1         |
| 16         | «Быстро по местам», «У ребят порядок строгий», «Удочка», «Невод», «Пустое место»  | 1         |
| 17         | «Запрещенное движение», «Карлики и великаны», «Салки», «Удочка», «У ребят порядок строгий»  | 1         |
| 18         | «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Запрещенное движение», «Увернись от мяча»,   | 1         |
| 19         | «На одной ноге», «Пустое место», «Салки»  | 1         |
| 20         | Игры по выбору детей  | 1         |
| 21         | Игры по выбору детей  | 1         |

|              |   |           |
|--------------|---|-----------|
| <b>2.2</b>   | <b>Игры с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр</b>  | <b>11</b> |
| 22           | Игры с бегом: «Быстро возьми-быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишки», «Хитрая лиса», «Третий лишний»,       | 1         |
| 23           | Игры с прыжками: «Не намочи ноги», «Удочка», «Волк во рву»,   | 1         |
| 24           | Игры с метанием: «Мяч через веревку», «Кто самый меткий?», «Охотники и зайцы», «Штандер», «Вышибалы», «Выбей мяч» | 1         |
| 25           | Игра «Городки»  | 1         |
| 26           | Веселые старты с элементами бега, прыжков, метания  | 1         |
| 27           | Игры по выбору детей (из ранее изученных)   | 1         |
| 28           | С элементами гимнастики: «Построй круг», «Море волнуется», «Донеси мешочек», «Раки»                               | 1         |
| 29           | С элементами гимнастики: «Канатоходец», «Разойдись не упали», «Шагай через кочки», «Донеси мешочек»               | 1         |
| 30           | С элементами гимнастики: эстафеты и полоса препятствий  | 1         |
| 31           | Игры по выбору детей (из ранее изученных)   | 1         |
| 32           | Спортивные игры: лапта  | 1         |
| <b>Итого</b> | <b>Подвижные игры</b>   | <b>35</b> |

## 6 КЛАСС

| <b>№п/п</b> | <b>Тема занятия</b>   | <b>Кол-во часов</b> |
|-------------|---|---------------------|
| <b>1.</b>   | <b>Теоретическая часть</b>  | <b>3</b>            |
| 1           | Теоретико-практическое занятие - «Что мы знаем об играх»  | 1                   |
| 2           | Просмотр учебного фильма – «Фестиваль подвижных игр»  | 2                   |
| <b>2.</b>   | <b>Практическая часть</b>   | <b>32</b>           |
| <b>2.1</b>  | <b>Сюжетные игры</b>  |                     |
| 1           | Правила поведения и безопасности во время занятий подвижными играми. «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «У медведя во бору», «Космонавты» | 1                   |
| 2           | «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Веселые ребята», «Космонавты», «Космонавты»   | 1                   |
| 3           | «Волк во рву», «Два мороза», «Море волнуется», «Воробушки и кот», «У медведя во бору»   | 1                   |
| 4           | «Волк во рву», «Ловишки-перебежки», «Салки», «Коршун и наседка», «Кошки-мышки»  | 1                   |
| 5           | «Хвостики», «Воробьи и вороны», «Колдунчики», «Медведь и пчелы», «Кошки-мышки»  | 1                   |
| 6           | «Ловишки-перебежки», «Не ошибись» (с рисунками зверей и птиц), «Кошки-мышки», «Воробьи и вороны», «Колдунчики»  | 1                   |

|            |   |           |
|------------|---|-----------|
| 7          | «Ловишки-перебежки», «Не ошибись», «Кошки-мышки», «Воробы и вороны», «Колдунчики»                                 | 1         |
| 8          | «Хвостики», «Колдунчики», «Медведь и пчелы»   | 1         |
| 9          | Динамическая игра «Зачем детям нужны игры?»   | 1         |
| 10         | Игры по выбору детей  | 1         |
| 11         | Игры по выбору детей  | 1         |
| <b>2.1</b> | <b>Бессюжетные игры</b>   | <b>10</b> |
| 12         | «Класс смирно!», «К своим флажкам», «Пустое место», «Карлики и великаны», «Землемеры», «Невод»,                   | 1         |
| 13         | «Класс смирно!», «К своим флажкам», «Салки», «Чья команда быстрее построится», «Нади себе пару»                   | 1         |
| 14         | «Запрещенное движение», «Карлики и великаны», «Салки», «Невод», «Пустое место»                                    | 1         |
| 15         | «Класс смирно!», «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Землемеры», «Увернись от мяча»                              | 1         |
| 16         | «Быстро по местам», «У ребят порядок строгий», «Удочка», «Невод», «Пустое место»                                  | 1         |
| 17         | «Запрещенное движение», «Карлики и великаны», «Салки», «Удочка», «У ребят порядок строгий»                        | 1         |
| 18         | «Придумай фигуру», «На одной ноге», «Запрещенное движение», «Увернись от мяча»,                                   | 1         |
| 19         | «На одной ноге», «Пустое место», «Салки»  | 1         |
| 20         | Игры по выбору детей  | 1         |
| 21         | Игры по выбору детей  | 1         |
| <b>2.2</b> | <b>Игры с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр</b>  | <b>11</b> |
| 22         | Игры с бегом: «Быстро возьми-быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишки», «Хитрая лиса», «Третий лишний»,       | 1         |
| 23         | Игры с прыжками: «Не намочи ноги», «Удочка», «Волк во рву»,   | 1         |
| 24         | Игры с метанием: «Мяч через веревку», «Кто самый меткий?», «Охотники и зайцы», «Штандер», «Вышибалы», «Выбей мяч» | 1         |
| 25         | Игра «Городки»  | 1         |
| 26         | Веселые старты с элементами бега, прыжков, метания  | 1         |
| 27         | Игры по выбору детей (из ранее изученных)   | 1         |
| 28         | С элементами гимнастики: «Построй круг», «Море волнуется», «Донеси мешочек», «Раки»                               | 1         |
| 29         | С элементами гимнастики: «Канатоходец», «Разойдись не упали», «Шагай через кочки», «Донеси мешочек»               | 1         |
| 30         | С элементами гимнастики: эстафеты и полоса препятствий  | 1         |
| 31         | Игры по выбору детей (из ранее изученных)   | 1         |

|              |                        |           |
|--------------|------------------------|-----------|
| 32           | Спортивные игры: лапта | 1         |
| <b>Итого</b> | <b>Подвижные игры</b>  | <b>35</b> |