

ПРОВЕРЕНО

И.о. зам. директора по УР  
Кульгяева Н.Л.

\_\_\_\_\_  
(подпись)  
«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ пос. Ильмень  
Чуркина Ю.С.

\_\_\_\_\_  
(подпись)  
«31» августа 2024 г.

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет (курс) Подвижные игры

Класс 2-4

Количество часов по учебному плану в 2-4 кл. - 34 в год, 1 в неделю.

Рассмотрена на заседании ШМО ГБОУ СОШ пос. Ильмень

Протокол № 1 от «28» августа 2024 г.

Председатель ШМО Петущенко М.Н.

\_\_\_\_\_  
(ФИО)

\_\_\_\_\_  
(подпись)

## Аннотация к рабочей программе

Рабочая программа курса «Подвижные игры» составлена на основе авторской программы В.И. Ляха «Комплексная программа физического воспитания 1-4 классы», М.: Просвещение, 2014 и соответствует федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования.

В соответствии с учебным планом школы на текущий учебный год на изучение программы выделено:

- во 2 классе – 1 час в неделю (34 ч),
- в 3 классе – 1 час в неделю (34 ч),
- в 4 классе – 1 час в неделю (34 ч).

Во 2-4 классах занятия спортивно-оздоровительного направления проходят по 40 минут.

Формы промежуточной аттестации:

- выступление, доклад, сообщение;
- результаты спортивных соревнований (дипломы, грамоты).

Учебное оборудование:

- козел гимнастический,
- перекладина гимнастическая (пристеночная),
- стенка гимнастическая,
- скамейка гимнастическая жёсткая (2 м; 4м),
- комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты),
- мячи: набивной 1 и 2 кг, мяч малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные,
- палка гимнастическая,
- скакалка детская,
- мат гимнастический,
- коврики гимнастические,
- кегли,
- обруч пластиковый детский,
- флажки: разметочные с опорой, стартовые,
- лента финишная.

## 1. Результаты освоения программы курса

**Цель программы:** оптимизация двигательной активности младших школьников на переменах и во внеурочное время.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач**:

□ познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

□ формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;

□ развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;

□ воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым — школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности. Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, а также дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему для образовательной практики.

Необходимо воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

**К концу 1 года обучения (2 класс):**

<b>Личностные результаты</b>	<b>Метапредметные результаты</b>	<b>Предметные результаты</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>□ договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр;</li><li>□ формирование представлений об этических идеалах и ценностях;</li><li>□ отбирать и выполнять комплексы упражнений в соответствии с изученными правилами.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ Соблюдать санитарно-гигиенические правила, режим дня;</li><li>□ Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения</li><li>□ демонстрировать уровень физической подготовленности</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>□ Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; Знать различные виды игр;</li><li>□ Выполнять правила игры.</li></ul>

### К концу 2 года обучения (3 класс):

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ определять уровень развития физических качеств;</li> <li>□ договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр, учитывая разные точки зрения;</li> <li>□ проявлять инициативу в выборе и проведении подвижных игр.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Управлять своими эмоциями;</li> <li>□ Взаимодействовать с коллективом, находить компромисс, слушать и понимать других;</li> <li>□ Раскрывать на примерах личного опыта положительного влияния подвижных игр на физическое, личностное, социальное развитие.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Выполнять комплексы физических упражнений для формирования правильной осанки;</li> <li>□ организовывать и проводить самостоятельные формы занятий;</li> <li>□ Соблюдать режим дня и правила личной гигиены.</li> </ul>

### К концу 3 года обучения (4 класс):

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none"> <li>□ вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;</li> <li>□ проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных игровых ситуациях;</li> <li>□ взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий подвижными играми;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью</li> <li>□ ;</li> <li>□ Управлять своими эмоциями;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>□ Знать о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;</li> <li>□ Знать и использовать комплексы ритмической гимнастики;</li> <li>□ Владеть различными формами игровой деятельности.</li> </ul>

## 2. Содержание учебного курса

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

Подвижные игры способствуют объединению коллектива, массовому охвату детей физическими упражнениями, являются замечательным средством всестороннего

физического развития.

Курс внеурочной деятельности «Подвижные игры» пересекается с задачами, которые ставятся для выполнения детьми на уроках физической культуры.

Программный материал по курсу «Подвижные игры» сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.

Все игры подобраны с учетом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста.

## **2 класс**

### **Раздел 1. Игры на взаимодействие между учащимися**

- Урок 1. Игра. Гном, как тебя зовут 1 ч
- Урок 2. Игра. "Водяной" 1 ч
- Урок 3. Игра. "Мы веселые ребята" 1 ч
- Урок 4. Игра. "Гуси-лебеди" 1 ч
- Урок 5. Игра. "Соревнования скороходов" 1 ч
- Урок 6. Игра. "Волк во рву" 1 ч
- Урок 7. Игра. "К Своим флажкам" 1 ч
- Урок 8. Игры по выбору учащихся 1 ч
- Урок 9. Игры по выбору учащихся 2 1 ч
- Урок 10. Эстафета с мячами 1 ч
- Урок 11. Игра "Птицы и клетка" 1 ч
- Урок 12. Игра "Угадай, кто" 1 ч

### **Раздел 2. Игры на развитие двигательных качеств**

- Урок 1. Игра. Эстафета зверей 1 ч
- Урок 2. Игры по выбору учащихся 1 ч
- Урок 3. Игра "Стой" 1 ч
- Урок 4. Игра "Веселые музыканты" 1 ч
- Урок 5. Игра. Совушка 1 ч
- Урок 6. Игры по выбору учащихся 1 ч
- Урок 7. Игры по выбору учащихся 2 1 ч
- Урок 8. Эстафета ср скакалками 1 ч
- Урок 9. Игра "Паровозик" 1 ч
- Урок 10. Игры по выбору учащихся 3 1 ч
- Урок 11. Игра "Вышибалы" 1 ч
- Урок 12. Игра "Воробьи и вороны" 1 ч
- Урок 13. Игра "Салки" 1 ч
- Урок 14. Повторение изученных игр 1 ч
- Урок 15. Повторение изученных игр 2 1 ч
- Урок 16. Эстафета "Кенгуру" 1 ч
- Урок 17. Игра "Симон говорит" 1 ч
- Урок 18. Игра "мишки и шишки" 1 ч
- Урок 19. Игра "Медведь" 1 ч
- Урок 20-22. Игры по выбору учащихся 3 ч

## **3 класс**

### **Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики**

- Урок 1. Игра "Осенний марафон" 1 ч
- Урок 2. Игра "Чай-чай выручай" 1 ч
- Урок 3. Игра "День и ночь" 1 ч
- Урок 4. Игра "Вызовы" 1 ч
- Урок 5. Игра "Гонка мячей по кругу" 1 ч
- Урок 6. Прыжки в длину 1 ч
- Урок 7. Игра "Караси и щука" 1 ч
- Урок 8. Игра "Кто выше" 1 ч
- Урок 9. Игра с обучением прыжкам в высоту "Достань мячик" 1 ч

### **Раздел 2. Ритмичная гимнастика**

- Урок 1. Игра "Веселые ладошки" 1 1 ч
- Урок 2. Игра "Веселый зоопарк" 1 ч

- Урок 3. " Красивая спина" 1 ч
- Урок 4. Игра " Дружные ребята" 1 ч
- Урок 5. Игра " Веселый сапожок" 1 ч
- Урок 6. " Веселый сапожок" 1 ч
- Урок 7. Непоседы 1 ч
- Урок 8. Непоседы 2 1 ч
- Урок 9. Непоседы 3 1 ч
- Урок 10. Игра " Ритмическая мозаика" 1 ч

### **Раздел 3. Лыжная подготовка**

- Урок 1. Скользящий шаг с палками 1 ч
- Урок 2. скользящий шаг с палками 2 1 ч
- Урок 3. Игра " Царь горы" 1 ч
- Урок 4. Повороты на месте и в движении 1 ч
- Урок 5. Игра " Попади в цель" 1 ч
- Урок 6. Игры по выбору обучающихся 1 ч
- Урок 7. Эстафета с флажками 1 ч

### **Раздел 4. Подвижные игры**

- Урок 1. Игры и эстафеты с мячами 1 ч
- Урок 2. Игра " Класс, смирно!" 1 ч
- Урок 3. Броски мяча в корзину 1 ч
- Урок 4. Игра " Боулинг" 1 ч
- Урок 5. Игра " Картошка" 1 ч
- Урок 6. Соревнования по прыжкам через скакалку 1 ч
- Урок 7. Игра " Веселый пингвин" 1 ч
- Урок 8. Игра " Солнышко" 1 ч

## **4 класс**

### **Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики**

- Урок 1. Игра "Метатели" 1 ч
- Урок 2. Игра "Пустое место". 1 ч
- Урок 3. Игра "У ребят порядок строгий"" . 1 ч
- Урок 4. Игра "К своим флажкам"" . 1 ч
- Урок 5. Прыгающие воробушки 1 ч
- Урок 6. Веселые старты " Лабиринт" 1 ч
- Урок 7. Прыжки по полосам 1 ч
- Урок 8. " Играй, играй, мяч не теряй" 1 ч
- Урок 9. Прыжки в длину с прямого разбега 1 ч

### **Раздел 2. Ритмичная гимнастика**

- Урок 1. Игра "Исправь осанку",1 1 ч
- Урок 2. "Исправь осанку",2 1 ч
- Урок 3. Упражнения на согласованность движения с музыкой 1 ч
- Урок 4. Игра "Зайцы в огороде" 1 ч
- Урок 5. Подвижные игры по выбору учащихся 1 ч
- Урок 6. Ритмические упражнения с обручами 1 ч
- Урок 7. Игра "веревочка под ногами" 1 ч
- Урок 8. Игра " Веребочка под ногами" 1 ч

### **Раздел 3. Лыжная подготовка**

- Урок 1. Одновременный двухшажный ход 1 ч
- Урок 2. Поворот переступанием 1 ч
- Урок 3. Поворот переступанием 2 1 ч
- Урок 4. Игра "Салки со снежками". 1 ч
- Урок 5. Игра "Перевозка грузов" 1 ч
- Урок 6. Игра на развитие скорости " Верхом на клюшке" 1 ч
- Урок 7. Игра на развитие скорости " Верхом на клюшке" 2 1 ч
- Урок 8. Игра -соревнование " Не уступлю горку!" 1 ч

### **Раздел 4. Подвижные игры**

- Урок 1. Игры на внимание и быстроту " Поезд" 1 ч
- Урок 2. Игры с прыжками и бегом " Прыгуны и пятнашки" 1 ч
- Урок 3. Игры с прыжками и бегом " Прыгуны и пятнашки" 2 1 ч
- Урок 4. " Веселые старты" 1 ч
- Урок 5. Старт группами 1 ч

Урок 6. командный бег 1 ч  
 Урок 7. Мини-гандбол 1 ч  
 Урок 8-9. Повторение изученных игр 2 ч

### 3. Тематическое планирование 2 класс

№ п / п	Раз дел ы	1год обучения		Форма проведения занятий	ЭОР
		т	п		
1	Игры на взаимодействие между учащимися	1	9	Беседа «ТБ во время игры» Игры на свежем воздухе. Урок –соревнование.	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=CnK7jaf30Uo">https://www.youtube.com/watch?v=CnK7jaf30Uo</a>
2	Игры, содействующие развитию двигательных качеств	1	17	Беседа «ТБ во время игры» Игры на свежем воздухе. Урок –соревнование	<a href="https://yandex.ru/video/preview/8646537567370357539">https://yandex.ru/video/preview/8646537567370357539</a>
3	Игры по выбору детей	-	6	Беседа «Игры народов мира» Игровой калейдоскоп.	<a href="https://yandex.ru/video/preview/14244475996826377051">https://yandex.ru/video/preview/14244475996826377051</a>
	Всего часов	34			

### 3 класс

№ п / п	Раз дел ы	Формы проведения занятий	2 год		ЭОР
			т	п	
1	Игры с элементами легкой атлетики	«ТБ во время уроков» Урок-игра Урок-соревнование Игры на свежем воздухе.	1	8	<a href="https://yandex.ru/video/preview/9655360612290945837">https://yandex.ru/video/preview/9655360612290945837</a>
2	Игры с элементами ритмической гимнастики	«ТБ во время уроков» Урок-игра Урок-соревнование Игры на свежем воздухе. Беседа »Игры народов мира»	1	9	<a href="https://yandex.ru/video/preview/5913069779989047090">https://yandex.ru/video/preview/5913069779989047090</a>
3	Игры с элементами спортивных игр	«ТБ во время уроков» Урок-игра Урок-соревнование Зимние забавы.	1	7	<a href="https://yandex.ru/video/preview/12723457902712577251">https://yandex.ru/video/preview/12723457902712577251</a>
4	Игры с элементами лыжной подготовки	«ТБ во время уроков» Урок-игра Урок-соревнование Игры на свежем воздухе.	1	5	<a href="https://yandex.ru/video/preview/15835961790882765561">https://yandex.ru/video/preview/15835961790882765561</a>
5	Игры по выбору детей	Игровой калейдоскоп	-	1	
Всего часов			34		

### 4 класс

№ п / п	Раз дел ы	Формы проведения занятий	ЭОР	3 год обучения	
				т	п
1	Игры с элементами легкой атлетики	Беседа «ТБ на уроках» Игры –соревнования. Игры на свежем воздухе.	<a href="https://yandex.ru/video/preview/9655360612290945837">https://yandex.ru/video/preview/9655360612290945837</a>	1	8
2	Игры с элементами ритмической гимнастики	Игры с использованием гимнастических предметов. Урок – соревнование.	<a href="https://yandex.ru/video/preview/5913069779989047090">https://yandex.ru/video/preview/5913069779989047090</a>	1	7



3	Игры с элементами спортивных игр	Зимние забавы. Урок-сказка.	<a href="https://yandex.ru/video/preview/12723457902712577251">https://yandex.ru/video/preview/12723457902712577251</a>	1	8
4	Игры с элементами лыжной подготовки	«ТБ во время уроков» Урок-игра Урок-соревнование Игры на свежем	<a href="https://yandex.ru/video/preview/15835961790882765561">https://yandex.ru/video/preview/15835961790882765561</a>	1	7
	Всего часов				34