ФИЛИАЛ МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ БОГАНДИНСКОЙ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ № 1 ТЮМЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
«КНЯЖЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
625506, Тюменская область Тюменский район, с. Княжево, ул. Берегового, 15

РАССМОТРЕНО на заседании
МО классных руководителей
протокол № 1
«31» 08 2026 г.

СОГЛАСОВАНО
Руководитель МО
Классных руководителей
_____/Кинёва Т.А.

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель филиала
_____/Костюкевич И.Н.
Приказ № 201-О
«01» 09 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Подвижные игры»

для 3 класса
2026-2027 учебный год

Составитель: Александрова Любовь Юрьевна

Пояснительная записка

Рабочая программа курса **«Подвижные игры»** разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 (в ред. Федеральных законов от 08.06.2020 № 165-ФЗ, от 31.07.2020 № 304-ФЗ);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (в ред. Приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357, от 18.12.2012 № 1060, от 29.12.2014 № 1643, от 18.05.2015 № 507, от 31.12.2015 №1576, от 11.12.2020 № 712);
- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления молодёжи»;
- Основной образовательной программы начального общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Излучинская общеобразовательная начальная школа».
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ по отдельным учебным предметам, курсам, в том числе внеурочной деятельности по реализации ФГОС НОО.

Цель программы - воспитание двигательной активности младших школьников, нравственное и физическое развитие, создание условий, позволяющих воспитывать потребность в принятии здорового образа жизни, радость движения.

Основные задачи программы:

- *познакомить* детей с разнообразием игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- *сформировать* элементарные знания о личной гигиене, режиме дня, влиянии подвижных игр на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- *развивать* координационные (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционные (скоростные, скоростно-силовые, выносливость и гибкость) способности;
- *оптимизировать* двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- *приобщить* к самостоятельным занятиям подвижными играми, использовать их в свободное время;
- *воспитывать* дисциплинированность, культуру игрового общения, честность, отзывчивость, смелость, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе проведения

подвижных игр, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

1. Планируемые результаты освоения курса

Личностными результатами

– формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

– формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре народов;

– развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

– развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

– формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

– развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

– развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

– формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметными результатами

– овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

– формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

– формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

– определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

– готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

– овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметными результатами

– формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Планируемый результат:

- у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движении; - младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
-обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе

Основной формой занятия являются:

- игры
- эстафеты;
- спортивные соревнования;
- спортивные праздники

Основные методы, используемые на внеурочной деятельности:

- Соревновательный метод характеризуется выполнением упражнений в условиях близких к соревнованиям.
- Игровой метод основан на воспитании двигательных качеств в процессе игры.

Условия реализации программы:

- спортивный зал;
- спортивная площадка;
- спортивный инвентарь.

2. Содержание программы:

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.
Теоретический раздел: беседы на темы: Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Оборудование. Гигиена.
История возникновения русских народных игр, правила игр.
Практический раздел
Русские народные игры: «Хлопушки», «Третий лишний» «Верёвочка»

«Два Мороза», Гуси–лебеди», «Молчанка», «Ворота» «Горелки», «Жмурки», «Невод», «Уголки» и т.д.
Игры на развитие памяти, внимания, воображения.
Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками.
Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.
Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол).
Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки, «Олимпийские игры»

Учебно – тематический план

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.1	Инструкция Техники безопасности	1		1
1.2	История возникновения русских народных игр			
2	Русские народные игры		34	34

3. Календарно-тематическое планирование по курсу «Народные игры» 3 класс (1 час в неделю)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1.	Инструкция ТБ и правила поведения в спортивном зале. Гигиена. История возникновения русских народных игр. Народная игра «Змейка»	1		
2.	Народная игра «Третий лишний. Развитие скоростно-силовых способностей, координационных.	1		

3.	Народная игра «Верёвочка» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей, координационных. Самостоятельные игры: прыжки через скакалку, «классики».	1		
4.	Народная игра «Третий лишний». Эстафеты. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
5.	Народная игра «Два Мороза». Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
6.	Народная игра «Гуси - лебеди». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
7.	Народная игра «Курочки и петушки». Развитие выносливости. Игры. Эстафеты.	1		
8.	Народная игра «Ведьмина метёлка». Эстафета с прыжками с ноги на ногу.	1		
9.	Народная игра «Салки». Эстафета с прыжками через препятствия.	1		
10.	Народная игра «Капканы». Эстафета с переноской предметов.	1		
11.	Народная игра «Удочка». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
12.	Народная игра «Петушиный бой» Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
13.	Народная игра «Бабка - Ёжка» Эстафеты.	1		
14.	Народная игра «Ворота». Эстафеты.	1		
15.	Народная игра «Звонарь» Броски в цель. Весёлые старты.	1		
16.	Народная игра «Космонавты». Эстафета с мячами, скакалками.	1		
17.	Мои любимые игры. Эстафета с мячами, скакалками. Развитие скоростно-силовых способностей.	1		

18.	Мои любимые игры. Эстафета с мячами, скакалками. Развитие скоростно-силовых, координационных способностей.	1		
19.	Народная игра «Уголки». Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
20.	Народная игра «Белые медведи». Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
21.	Народные игры «Уголки», «Невод». «Бег по-медвежьи» (игра состязание народов Севера). Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
22.	Народная игра «Горелки». Развитие скоростно-силовых способностей.	1		
23.	Народная игра «Жмурки «Ваня» и «Маня». Развитие скоростно-силовых, координационных способностей.	1		
24.	Народная игра «Весёлые музыканты». Развитие скоростно-силовых, координационных способностей.	1		
25.	Народная игра «Воробушки». Эстафета с прыжками.	1		
26.	Народная игра с «петушком». Эстафета с прыжками.	1		
27.	Народная игра «Мы весёлые ребята». Эстафета с прыжками. Эстафета с передачей эстафетной палочки.	1		
28	Народная игра «Перетяни веревку» Эстафета с прыжками.			
29.	Народная игра «Удар по верёвочке». Броски в цель. Эстафета по кругу.	1		
30.	Народная игра «Игра с Солнцем». Развитие выносливости, скоростно-силовых способностей. Соревнования.	1		

31.	Народная игра «Карусели». Эстафета «Паровозик».	1		
32.	Народная игра «Ворота». Игра «Снайпер». Комбинированная эстафета. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1		
33.	Игры по выбору. Мои любимые игры. Комбинированная эстафета. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1		
34.	Игры по выбору. Задание на лето. Комбинированная эстафета. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1		