

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 5 г. Феодосия Республики Крым»
(МБОУ – Гимназия №5)**

РАССМОТРЕНА на заседании МО учителей физической культуры, эстетического цикла ОБЖ и технологий Протокол № 2 от 14.09.2026 Руководитель МО _____ К.К. Олексюк	СОГЛАСОВАНА Заместитель директора по УВР _____ И.В. Удод 14.09.2026 г	УТВЕРЖДЕНА Директор МБОУ - Гимназии № 5 _____ Е.С. Лойко 14.09.2026 г. Приказ № 447
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
для обучающихся 1-4 классов

Феодосия 2026

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ГИМНАЗИЯ № 5 Г. ФЕОДОСИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ",**
Лойко Елена Станиславовна, директор

18.09.26 11:09 (MSK)

Сертификат 7630035097C3E6338CC55E22854D8EFA

Пояснительная записка

В условиях современной цивилизации, в связи с резким снижением двигательной активности детей, возрастает роль систематических занятий физическими упражнениями, подвижными играми, которые являются традиционным, наиболее доступным и эффективным средством воздействия на развитие физических качеств учащихся начальной школы. Подвижные игры соответствуют потребностям растущего организма ребёнка, способствуют всестороннему гармоничному развитию детей, помогают формированию межличностных отношений, расширяют круг его представлений о традициях народов, развивают наблюдательность, сообразительность, самостоятельность, инициативность, помогают творчески осмыслить учебную задачу.

Курс «Спортивные игры» реализует спортивно-оздоровительное и гражданско - патриотическое направления во внеурочной деятельности во 2 классах в рамках апробации федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения.

Цель курса: содействие укреплению здоровья, приобщению детей к физической культуре и потребности заботиться о своем здоровье в процессе активного их участия в народных играх и состязаниях.

Задачи:

- познакомить учащихся с разнообразием подвижных спортивных игр;
- содействовать привитию интереса и потребности к повседневным занятиям подвижными играми, физическими упражнениями, спортом, как одному из условий здорового образа жизни;
- обучить правилам поведения в процессе коллективных действий;
- воспитывать чувство коллективизма, целеустремлённости, самостоятельности, ответственности за свои действия;
- развивать двигательную активность в спортивных играх и состязаниях;
- воспитывать бережное отношение к окружающей среде, к народным традициям.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, курс рассчитан на 33 часа в год.
Продолжительность занятия 30-35 минут.

Предлагаемый учебный план, реализующий основную общеобразовательную программу начального общего образования, сформирован в соответствии с

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- приказом Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования";
- письмом Минобрнауки России от 12.05.2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2025 № 1015;

Спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности включает практическую деятельность детей в рамках курсов «Ритмика для малышей», «Легкая атлетика», «Волейбол», «Баскетбол» и «Футбол». Данные курсы направлены на развитие физических качеств, формирование основ культуры здоровья, сохранение и укрепление детского организма, на формирование у обучающихся целостного представления о физической культуре, возможностях повышения работоспособности и улучшения состояния здоровья, ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей. Занятия включают в себя целый комплекс физических упражнений, способствующих профилактике заболеваний опорно-двигательной и нервной системы.

Подвижные игры имеют оздоровительное, воспитательное и образовательное значение и легко доступны людям самого разного возраста. Доказано, что они улучшают физическое развитие детей, благотворно воздействуют на нервную систему и укрепляют здоровье. Кроме этого являются традиционным средством педагогики, способствуют установлению коммуникативных отношений, обогащают духовные и социальные качества детей.

Программой учитываются возрастные особенности физического воспитания обучающихся начальной школы:

- недостаточность развития мышечной силы;
- некоторая неустойчивость сердечной деятельности;
- повышенный обмен веществ;
- несовершенство в координации, силе и ловкости движений;
- относительно быстрая утомляемость;
- недостаточный уровень волевых и других качеств;
- малый запас знаний о своих двигательных возможностях.

Знание этих особенностей дают нам основание для широкого применения в процессе физического воспитания подвижных игр, которые по специфичному влиянию, оказываемому на личность ребёнка, являются наиболее действенным средством воспитания.

При проведении игр педагогу рекомендуется продумать и учесть следующие аспекты:

1. Познакомиться с требованиями и правилами игры, в которую дети будут играть. Приготовить все необходимое оборудование и материалы перед ее началом.

2. Учесть уровень развития детей, их таланты, умения и неумения.

3. Предлагать только те игры, которые доступны данной возрастной группе, соответствующие росту детей, их силе, жизненному опыту. Умело выводить участников из игры, которая для них сложна.

4. Избегать сверх энтузиазма (перевозбуждения) у играющих.

5. Быть готовым к участию в игре в качестве обычного игрока, подчиняться всем правилам, включая и те, которые вроде бы умаляют достоинство взрослого.

Программа составлена для обучающихся:

2-го класса – 33 часа в год (1 час в неделю).

Содержание программы

1. Введение

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок.

Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков.

2. Игры на совершенствование навыков бега

«Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки», «У медведя во бору», «Палочка-выручалочка», «Филин и пташки», «Фанты», «Краски», «Горелки», «Кот и мышь», «Пятнашки», «К своим флажкам», «Ловушка в кругу»

3. Игры на совершенствование навыков в прыжках

«Прыгающие воробушки», «Коршун», «Волк во рву», «Два мороза», «Заяц без логова», «Птицелов», «Шлепанки».

4. Игры на совершенствование метаний на дальность и точность

«Кто дальше бросит», «Метко в цель», «Точный расчет», «Лапта», «Блуждающий мяч», «Шар», «Выгони мяч», «Гонка мяча по улице».

5. **Спортивный калейдоскоп** приобщает детей к миру спорта, это своеобразный экскурс в баскетбол, волейбол, футбол.

Игры: «Удочка», «Передал – садись», «Лошадки», «Бросай – поймай», «Выстрел в небо», «Точная передача», «Мяч в ворота», «Мячик кверху», «Большой мяч».

6. Итоговые занятия.

Комплексные эстафеты объединяют все изученные игры и новые:

«Ляпка», «Заря», «Игровая», «Гуси», «Пчелки и ласточка», «Волк», «Стадо», «Котлы».

Методика проведения подвижной игры включает в себя:

- сбор детей на игру;

- создание интереса;

- объяснение правил игры;
- распределение ролей;
- руководство ходом игры;
- подведение итога.

В ходе игры учитель привлекает внимание детей к ее содержанию, правилам, следит за точностью движений, которые должны соответствовать правилам, за дозировкой физической нагрузки. Дает краткие указания, поддерживает и регулирует эмоционально-положительное настроение и взаимоотношения играющих, приучает их ловко и стремительно действовать в создавшейся игровой ситуации, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

Чтобы лучше освоить игру рекомендуется наиболее сложные моменты объяснять показом некоторых движений. Подробное объяснение правил оправдано лишь в том случае, когда игру проводят впервые. При ее повторении напоминают только основное содержание.

Проводить игры можно в любое время года, на открытом воздухе и в помещении. Продолжительность игры с детьми от 7 до 11 лет зависит от ее интенсивности и сложности двигательных движений, особенностей физического развития детей, состояния их здоровья, и в среднем может составлять 15-30 минут. Игры большой подвижности повторяются 3—4 раза, более спокойные — 4—6 раз. Паузы между повторениями 0,3—0,5 мин. Во время паузы дети выполняют более легкие упражнения или произносят слова текста.

Нагрузка может дозироваться следующими приемами: уменьшением или увеличением числа играющих; продолжительностью игры по времени; размеров игровой площадки; количества повторений; тяжести предметов и наличия перерывов для отдыха. По окончании игры необходимо поощрить ребёнка, отметив его ловкость, силу, инициативу.

Широта воспитательного воздействия народных подвижных игр, естественно, предъявляет и определенные требования к отбору их содержания.

Наиболее общими из них являются:

- соответствие сложности сюжета и содержания уровню развития, уровню знаний, умений, навыков и физических качеств занимающихся, их возрасту;
- соответствие игр задачам воспитания, образования, развития и, наконец, условиям, отвечающим успешному осуществлению педагогического процесса

Учебно – тематическое планирование «Спортивные игры»

Тема	Кол-во часов	Содержание	УУД
1. Введение	1	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков.	Личностные: Самоанализ и самоконтроль результата. Установка на здоровый образ жизни Регулятивные:
2.Игры на совершенствование навыков бега и скоростных способностей	7	Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. Разучивание игр	Учитывать выделенные учителем ориентиры действия. Планировать свои действия в коллективной игре. Учитывать установленные правила игры и правила техники безопасности.
3.Игры на совершенствование навыков в прыжках	7	Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. Осваивать технику прыжковых упражнений. Разучивание игр	Оценивать правильность выполнения своих действий и действий других играющих. Адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.
4.Игры на совершенствование метаний на дальность и точность	7	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении метания на дальность и точность. Описывать технику метания. Разучивание игр	Познавательные: Излагать правила и условия игры. Описывать технику метания, прыжка, бега. Освоить двигательные действия баскетболиста, волейболиста, футболиста.
5.Спортивный калейдоскоп	10	Упражнения на ловкость и координацию. Освоить двигательные действия баскетболиста: стойку и специальные передвижения без мяча, ведение и передачу баскетбольного мяча. Освоить двигательные действия футболиста: стойка, удар по неподвижному и катящемуся мячу, остановку футбольного мяча. Освоить двигательные действия волейболиста: стойка, упражнения с волейбольными мячами.	Коммуникативные: Адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой коммуникации. Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве. Использовать речь для регуляции своего действия.
6.Итоговое занятие	1	Эстафеты, спортивные состязания, игры: футбол, элементы баскетбола, волейбола	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ГИМНАЗИЯ № 5 Г.ФЕОДОСИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ",
Лойко Елена Станиславовна, директор

18.09.26 11:09 (MSK)

Сертификат 7630035097C3E6338CC55E22854D8EFA

Календарно – тематическое планирование «Спортивные игры» 2 класс (в неделю -1 час, за год -33 часа)

№ урока	Тема			Кол-во часов	Содержание, виды деятельности	Результаты
I	1 ЧЕТВЕРТЬ - 8ч Введение (1 час)			1		
II		Игры на закрепление и совершенствование навыков бега и развития скоростных способностей (7 часов)				
2 -3	«Обыкновенные жмурки»			2	Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Разучивание игр на совершенствование техники бега. Разучивание считалок.	Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр.
4-5	«У медведя во бору»			2		
6 -7	Эстафета			2		
8	Палочка-выручалочка»			1		
III		Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках (7 часов)				
9-10	2 ЧЕТВЕРТЬ - 7ч «Волк во рву»			2	Проявлять выносливость. Излагать правила и условия проведения подвижной игры. Осваивать технику прыжковых упражнений	
11-12	«Два мороза»			2		
13	Эстафета			1		
14-15	«Заяц без логова»			2		
IV		Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (7 часов)				
16-17	3 ЧЕТВЕРТЬ – 9 ч «Лапта»			2	Описывать технику метания. Излагать правила и условия проведения подвижных игр.Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении метания на дальность и точность.
18	Эстафета			1		
19-20	«Блуждающий мяч»			2		
21-22	«Шар»			2		
V		Спортивный калейдоскоп (10 часов)				
23-24	Ведение и передача баскетбольного мяча. Игра «Удочка»			2	Отбирать упражнения на ловкость и координацию. Различать упражнения по	Освоить двигательные действия

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ГИМНАЗИЯ № 5 Г.ФЕОДОСИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ",**
Лойко Елена Станиславовна, директор

18.09.26 11:09 (MSK)

Сертификат 7630035097C3E6338CC55E22854D8EFA

25	4 ЧЕТВЕРТЬ – 9 ч Эстафета		1	воздействию на развитие физических качеств.	баскетболиста: стойку и специальные передвижения без мяча.
26-27	Ведение и передача баскетбольного мяча. Соревнование.		2		
28-29	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Передал - садись».		2	Проявлять быстроту и ловкость. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности при работе на баскетбольной площадке.	
30	Эстафета		1		
31-32	Подвижные игры с баскетбольным мячом		2		
33	Итоговое занятие		1	Развивать физические качества.	Освоить ведение и передачу баскетбольного мяча.

Планируемые результаты:

- высокий уровень мотивации здорового образа жизни;
- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
- расширение кругозора о подвижных играх и забавах;
- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом,
- самостоятельная организация и проведение подвижных игр в малых группах сверстников;
- соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;
- владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр. – проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

Способы проверки: проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей), проведение массовых мероприятий, соревнований, конкурсов, праздников, тестирование, обобщающие и закрепляющие занятия.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ГИМНАЗИЯ № 5 Г.ФЕОДОСИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ",**
Лойко Елена Станиславовна, директор

18.09.26 11:09 (MSK)

Сертификат 7630035097C3E6338CC55E22854D8EFA