МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Алтай

МУ "Управление образования г. Горно- Алтайска "

МБОУ "Средняя школа № 7 им. Ю.Г. Сакашевой г. Горно-Алтайска"

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Руководитель МО учителей физической культуры, труда (технологий), ОБЗР, изобразительного искусства и музыки	Руководитель Методического совета школы	Директор
А. А. Тадырова	В. А. Бадакина	А. В. Кундыева
Приказ № 171 от «27» августа 2026 г.	Приказ № 171 от «27» августа 2026 г.	Приказ № 171 от «27» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Физическая культура» (Подвижные игры)

для обучающихся 4 классов

г. Горно-Алтайск 2026

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно – правовое обеспечение изучения курса

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности физкультурно-спортивного и оздоровительного направления «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принят Государственной Думой 21.12.2012);
- Федерального закона от 31.07.2020 №247-ФЗ «Об обязательных требованиях в Российской Федерации» (принят Государственной Думой 22.07.2020);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Федеральной образовательной программы начального общего образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования).
- Рабочей программы по курсу «Физическая культура».

А также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Федеральной рабочей программе воспитания.

II. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА

Актуальность программы.

Содержание курса отвечает генеральным целям физкультурного образования — ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

- программа разработана непосредственно для учащихся 4 класса;
- основу программы составляют подвижные игры, представленные согласно их классификации;
- реализация программы способствует созданию зоны комфорта и повышению эмоционального фона;
- программа дает возможность работы с учащимися, имеющими разный уровень физической подготовленности;
- проведение занятий по данной программе позволяет подбирать нагрузку и чередовать ее в оздоровительных целях;
- содержит блок теоретических знаний;
-программа предполагает приобретение учащимися опыта индивидуальной и коллективной работы;

- занятия проводятся под музыку, которая используется как фон для снятия монотонности; как лидер, задающий ритм и темп выполняемых движений; как фактор обучения, так как движения легче запоминаются

Цель программы: содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащихся.

Задачи программы направлены на:

- формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

III. МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Общее число часов, отведённых на изучение курса «Подвижные игры», 34 часа (один час в неделю). Реализация курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» осуществляется без балльного оценивания результатов освоения курса.

IV. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу учебного года учащиеся должны понимать:

- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

знать:

- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- терминологию, связанную с проведением игр, ритмических

занятий; уметь:

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;

- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

Личностными результатами являются следующие умения:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя)

Результаты внеурочной деятельности являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ГОС НОО. Занятия подвижными играми происходит в процессе изучения и последующего совершенствования специальных знаний, умений и навыков. Поэтому обучение и тренировка составляют две стороны педагогического процесса. Основная задача обучения - овладение двигательными навыками и специальными знаниями. Занимающиеся изучают правила игры, ее технику и тактику, развивают физические качества. Тем самым закладывается необходимая основа, обеспечивающая достижение спортивного мастерства.

Формами подведения итогов освоения программы внеурочной деятельности являются: соревнования, тесты, а также педагогическое наблюдение.

Виды деятельности:

- Проведение бесед по охране здоровья
- Применение на занятиях игровых моментов
- Динамические паузы и прогулки в начальной школе
- Участие в подвижных играх

V. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Календарно-тематическое планирование курса «Подвижные игры» рассчитано на 34 учебные недели при количестве 1 урока в неделю.

При соотнесении прогнозируемого планирования с составленным на учебный год расписанием и календарным графиком количество часов составило 35 уроков. Если вследствие непредвиденных причин количество уроков изменится, то для выполнения Рабочей программы по курсу это изменение будет компенсировано перепланировкой подачи материала.

1	Теоретические основы. Общие требования безопасности.
2	История возникновения игр народов.
3	Основные правила игр народов.
4	Алтайские национальные игры.
5	Подвижная игра «Красная ложка».
6	Подвижная игра «Волк и овцы».
7	Подвижная игра «Перебежки»
8	Правила спортивной игры «Баскетбол».
9	Спортивная игра «Баскетбол»
10	Спортивная игра «Баскетбол»
11	Подвижная игра «Волк во рву».
12	Подвижная игра «Лапта».
13	Подвижная игра «Лапта».
14	Правила спортивной игры «Футбол».
15	Спортивная игра «Футбол».
16	Спортивная игра «Футбол».
17	Подвижная игра «Знамя».
18	Подвижная игра «Вышибалы».
19	Подвижная игра «Антивышибалы»
20	Перетягивание каната.
21	Национальная игра «Тебек».
22	Подвижная игра «Вороны и воробьи».
23	Правила игры в волейбол. Учебная игра.
24	Подача мяча: верхняя и нижняя, прямая.
25	Передача мяча: из зоны в зону.
26	Передача сверху двумя руками, кулаком снизу.
27	Учебная игра.
28	Подвижная игра «Собачки».
29	Подвижная игра «Завладей мячом».
30	Подвижная игра «Вороны и воробьи».
31	Национальная игра «Камчы».
32	Подвижная игра «Лапта».
33	Подвижная игра «Вышибалы».
34	Знакомство с национальной игрой «Шатра»

Информационно-методическое обеспечение

- малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейки гимнастические, обручи, гантели 1 кг, диски CD с фонограммами, музыкальный центр.

Для учителя:

1. Ковалёва Е.А. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» серия «Азбука развития», Москва, ООО «ИД РИПОЛ классик», ISBN 978-5-7905-4426-2, ООО «. ДОМ. XXI век, 2007 г.,-189 с., ISBN 978-5-91213-003-8;
2. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2004 г.
3. Степанова О.А «Игра и оздоровительная работа в школе», серия «Игровые технологии», Москва ООО «ТЦ Сфера» 2004 г., ISBN 5-89144-323-6,- 144 с.;