

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Викуловская средняя общеобразовательная школа № 1» -
отделение Каргалинская школа – детский сад**

**Согласовано
на заседании методического
совета школы
/протокол № 1
от 30.08.2021года**

**Утверждено
приказом
№ 185/1 -ОД
от 31.08.2021года**

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
секции
«Подвижные игры»
для 1 класса
Малкоедовой Натальи Анатольевны
2021-2022 учебный год**

с.Каргалы,

2021 год

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

Определение и высказывание под руководством учителя самых простых и общих для всех людей правил поведения при сотрудничестве (этические нормы);

Умение делать выбор как поступить в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, при поддержке других участников группы и педагога.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Предметные результаты:

Информационные: знать правила и закономерности здорового образа жизни.

Поведенческие: закрепить социально одобряемые модели поведения.

2.Содержание курса секции «Подвижные игры»

№ п/п	Содержание курса	Виды деятельности
1	Правила безопасности во время занятий. Игровые упр. в беге. Игра «Совушка», «Салки».	Беседа по правилам ТБ. Разучивание игр.
2	Требование к одежде при занятии физ.упр. Построение в колонну по одному и в шеренгу, приставной шаг. П.и. «К своим флажкам»	Беседа. Изучение построения в колонну и шеренгу, игры
3	Построение в круг; шаг галопа в сторону. Игры на осанку. П.и. «Пятнашки»	Обучение построению в круг, разучивание игры
4	Б. Техника безопасности во время прыжков. Бег и ходьба; прыжки в длину с места. П.и. «Прыгающие воробушки».	Беседа по технике безопасности. Разучивание прыжка в длину с места и игры.
5	Б. Признаки правильного бега. Прыжки в длину с места; медленный бег. П.и. «Заяц в огороде».	Беседа. Повторения прыжка в длину с места. Разучивание игры.

6	Бег змейкой; бег с изменением направления; метание малого мяча с места. П.и. «Лисы и куры»	Разучивание беговых упр., метания мяча с места. Игра.
7	Метание из-за головы; челночный бег. П.и. «Кто дальше бросит»	Обучение метанию из-за головы и прохождению челночного бега. Игра.
8	Игровые упр. И подвижные игры с бегом, прыжками. Эстафета «Перемена мест».	Игры и эстафеты.
9	Игровые упр. И подвижные игры с бегом, прыжками. Эстафеты «Вызов номеров», «Белки, норки, соболя»	Игры и эстафеты.
10	Лазание по гимнастической стенке; упр. в равновесии. П.и. «Кто дальше бросит»	Продолжить обучение лазанию. Игра.
11	Упр. на формирование правильной осанки. Лазание по канату; упр. с малыми мячами. П.и. «Третий лишний»	Приступить к обучению лазанию по канату. Игра.
12	Лазание через гимнастическую скамейку; упр. с гимнастической палкой. П.и. «Два мороза»	Обучение лазанию. Игра.
13	Б. Значение личной гигиены. Лазание через гимнастического коня; упр. с набивным мячом. П.и. «Лисы и куры».	Беседа. Обучение лазанию через коня. Игра.
14	Лазание через гимнастического коня; упр. с обручем. П.и. «Два мороза».	Обучение лазанию через коня. Игра.
15	Б. Режим дня, его значение. Акробатические упр; «У ребят порядок строгий» П.и. «Третий лишний»	Беседа. Игры.
16	Акробатические упр.; повороты направо, налево. П.и. «Пятнашки»	Обучение акробатическим упр. Игра.
17	Подвижные игры на свежем воздухе. Эстафеты.	Игры и эстафеты.

18	Подвижные игры на свежем воздухе. Эстафеты.	Игры и эстафеты.
19	Б. Правила поведения и безопасности. Ловля и передача мяча. П.и. «Играй, играй, мяч не потеряй»	Беседа. Обучение ловле и передаче мяча. Игра.
20	Ловля и передача мяча. П.и. «Мяч водящему»	Обучение ловле и передаче мяча. Игра.
21	Б. Правила поведения и безопасности. Ловля, передача и ведение мяча (индивидуальное). П.и. «Играй, играй, мяч не теряй»	Беседа. Обучение ловле, передаче и ведению мяча. Игра.
22	Ловля, передача и ведение мяча /(индивидуальное).П.и. «Мяч водящему»	Обучение ловли, передачи и ведения мяча. Игра.
23	Ловля, передача и ведение мяча (в парах). П.и. «Школа мяча»	Обучение ловле, передаче и ведению мяча. Игра.
24	Б. Приемы закаливания. Ловля, передача и ведение мяча (в парах). П.и. «У кого меньше мячей»	Беседа. Обучение ловле, передаче и ведению мяча. Игра.
25	Ловля, передача, броски мяча, стоя на месте и в шаге. П.и. «Мяч в корзину»	Обучение ловле, передаче и броску мяча. Игра.
26	Б. Личная гигиена. Ловля, передача, броски мяча, стоя на месте и в шаге. П.и. «Мяч водящему»	Беседа. Обучение ловле, передаче и броску мяча. Игра.
27	Метание мяча на заданное расстояние; медленный бег. П.и. «Зайцы в огороде»	Обучение метанию мяча на заданное расстояние. Игра.
28	Б. Признаки правильной ходьбы, бега. Прыжки через веревочку; эстафета с бегом на скорость.	Беседа. Обучение прыжку через веревочку. Эстафета.
29	Прыжки через веревочку. П.и. «Круговая эстафета»	Обучение прыжку через веревочку. Игра.
30	Игры на осанку. П.и. «Метко в цель»	Игры.
31	Игры. Эстафеты. П.и. «Метко в цель».	Игры и эстафеты.

32	Прыжок в длину с места. Эстафеты. П.и. «Прыжок за прыжком»	Обучение прыжку в длину с места. Игры и эстафеты
33	Эстафеты. П.и. «День и ночь»	Игры и эстафеты.

3.Содержание курса секции «Подвижные игры»

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1	Правила безопасности во время занятий. Игровые упр. в беге. Игра «Совушка», «Салки».	1
2	Требование к одежде при занятии физ.упр. Построение в колонну по одному и в шеренгу, приставной шаг. П.и. «К своим флажкам»	1
3	Построение в круг; шаг галопа в сторону. Игры на осанку. П.и. «Пятнашки»	1
4	Б. Техника безопасности во время прыжков. Бег и ходьба; прыжки в длину с места. П.и. «Прыгающие воробушки».	1
5	Б. Признаки правильного бега. Прыжки в длину с места; медленный бег. П.и. «Зяец в огороде».	1
6	Бег змейкой; бег с изменением направления; метание малого мяча с места. П.и. «Лисы и куры»	1
7	Метание из-за головы; челночный бег. П.и. «Кто дальше бросит»	1
8	Игровые упр. И подвижные игры с бегом, прыжками. Эстафета «Перемена мест».	1
9	Игровые упр. И подвижные игры с бегом, прыжками. Эстафеты «Вызов номеров», «Белки, норки, соболя»	1
10	Лазание по гимнастической стенке; упр. в равновесии. П.и. «Кто дальше бросит»	1
11	Упр. на формирование правильной осанки. Лазание по канату; упр. с малыми мячами. П.и. «Третий	1

	лишний»	
12	Лазание через гимнастическую скамейку; упр. с гимнастической палкой. П.и. «Два мороза»	1
13	Б. Значение личной гигиены. Лазание через гимнастического коня; упр. с набивным мячом. П.и. «Лисы и куры».	1
14	Лазание через гимнастического коня; упр. с обручем. П.и. «Два мороза».	1
15	Б. Режим дня, его значение. Акробатические упр; «У ребят порядок строгий» П.и. «Третий лишний»	1
16	Акробатические упр.; повороты направо, налево. П.и. «Пятнашки»	1
17	Подвижные игры на свежем воздухе. Эстафеты.	1
18	Подвижные игры на свежем воздухе. Эстафеты.	1
19	Б. Правила поведения и безопасности. Ловля и передача мяча. П.и. «Играй, играй, мяч не потеряй»	1
20	Ловля и передача мяча. П.и. «Мяч водящему»	1
21	Б. Правила поведения и безопасности. Ловля, передача и ведение мяча (индивидуальное). П.и. «Играй, играй, мяч не теряй»	1
22	Ловля, передача и ведение мяча / (индивидуальное). П.и. «Мяч водящему»	1
23	Ловля, передача и ведение мяча (в парах). П.и. «Школа мяча»	1
24	Б. Приемы закаливания. Ловля, передача и ведение мяча (в парах). П.и. «У кого меньше мячей»	1
25	Ловля, передача, броски мяча, стоя на месте и в шаге. П.и. «Мяч в корзину»	1
26	Б. Личная гигиена. Ловля, передача, броски мяча, стоя на месте и в шаге. П.и. «Мяч водящему»	1
27	Метание мяча на заданное расстояние; медленный	1

	бег. П.и. «Зайцы в огороде»	
28	Б. Признаки правильной ходьбы, бега. Прыжки через веревочку; эстафета с бегом на скорость.	1
29	Прыжки через веревочку. П.и. «Круговая эстафета»	1
30	Игры на осанку. П.и. «Метко в цель»	1
31	Игры. Эстафеты. П.и. «Метко в цель».	1
32	Прыжок в длину с места. Эстафеты. П.и. «Прыжок за прыжком»	1
33	Эстафеты. П.и. «День и ночь»	1