
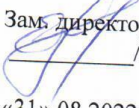


муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 157 городского округа Самара»
Россия, 443114, г. Самара, ул. Георгия Димитрова, 50
тел.: (846) 956-04-42 факс: (846) 956-04-42, 959-38-33 e-mail: school_157@samara.edu.ru


РАССМОТРЕНО

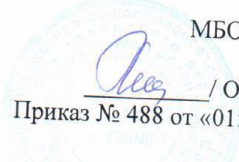
на заседании МО учителей
начальных классов
Протокол № 1
от «30» 08.2022 г.
Руководитель МО
 / Л.Г. Якимова/

ПРОВЕРЕНО

Зам. директора по УВР
 /Е.А. Снежкова/
«31» 08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ Школа №157
г.о. Самара
 / О.М. Мальшева/
Приказ № 488 от «01» 09.2022 г.
М.П.



Приложение к ООП ООО
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Поиграйка»
для 2 - 4 классов

Направление: спортивно-оздоровительная деятельность

Количество часов в неделю: 2 часа

Количество часов в год: 66 часов

Составители программы:
Киргизова Н.Ф.
Снежкова Е.А.
Володина О.И.
Якимова Л.Г.
Егорова А.С.
Никандрова М.А.

Самара, 2022

Пояснительная записка

Программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, на основе примерных программ внеурочной деятельности.

Программа направлена на:

- Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
- Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
- Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
- Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

Место курса в учебном плане

На изучение курса «Поиграйка» во 2 – 4 классах отводится 204 часа; во 2 – 4 классах по 68 часов в год; 2 ч в неделю.

Цель: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Основными задачами реализации поставленной цели являются:

1. укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
5. развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
6. стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
7. развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
8. воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
9. формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

Методическая особенность программы:

Отличительной особенностью программы является увеличение объёма (количества часов) на изучение подвижных игр на период 2-4 годов обучения.

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы. Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития,

формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организми личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

По завершению курса проводятся соревнования, презентация обучающимися понравившейся игры.

Планируемые результаты освоения курса «Поиграйка»

2 класс

Личностные результаты изучения курса «Поиграйка» является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты изучения курса «Поиграйка» является формирование следующих умений:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание учебного предмета 2 класс (68 часов)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	22
2	Подвижные игры	16
3	Эстафеты	16
4	Игры народов России	14
	Итого	68

Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 2 классе (68 часов)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности
1	Русская народная игра «Жмурки»	2	ТБ при проведении подвижных игр.
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	2	Игровое упражнение
3	Русская народная игра «Горелки»	2	Игра малой подвижности
4	Русская народная игра «Салки»	2	Беседа «Возникновение подвижных игр»
5	Русская народная игра «Пятнашки»	2	Игровое упражнение
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	2	Игровое упражнение
7	Русская народная игра «Фанты»	2	Игровое упражнение

8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	2	Игра малой подвижности
9	Русская народная игра «Волк»	2	Игра малой подвижности
10	Русская народная игра «Птицелов»	2	Игровое упражнение
11	Подвижная игра «Совушка»	2	Игровое упражнение
12	Подвижная игра «Мышеловка»	2	Игра малой подвижности
13	Подвижная игра «Пустое место»	2	Игра малой подвижности
14	Подвижная игра «Карусель»	2	Подвижная игра средней интенсивности
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	2	Подвижная игра средней интенсивности
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	2	Игра малой подвижности
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	2	Игра малой подвижности
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»	2	Игра малой подвижности
19	Эстафета «Передача мяча»	2	Беседа: «Основы строения и функций организма»
20	Эстафета «С мячом»	2	ТБ при проведении подвижных игр.
21	Эстафета зверей	2	Игра средней интенсивности
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	2	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Эстафета
23	Эстафета «Вызов номеров»	2	Эстафета
24	Эстафета по кругу	2	Эстафета
25	Эстафета с обручем	2	Эстафета
26	Эстафета со скакалкой	2	Эстафета
27	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	2	Игра малой подвижности
27	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	2	Игра малой подвижности
28	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	2	Игра малой подвижности
26	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	2	Игровое упражнение
27	Марийская народная игра «Катание мяча»	2	Игровое упражнение
27	Татарская народная игра «Серый волк»	2	Игровое упражнение
28	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	2	Эстафета
29	Чувашская игра «Рыбки»	2	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».
30	Русская народная игра «Жмурки»	2	Эстафета с мячом.
31	Русская народная игра «Кот и мышь»	2	Игровое упражнение
32	Русская народная игра «Горелки»	2	Игра малой подвижности

33	Русская народная игра «Салки»	2	Игровое упражнение
34	Обобщение. Игры по выбору детей	1	
35	Веселые старты	1	
	Итого	68	

Планируемые результаты освоения курса «Поиграйка»

3 класс

Личностные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
 - обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
 - организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
 - планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
 - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
 - видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
 - оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
 - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
 - технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
 - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
 - организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
 - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
 - организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
 - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
 - в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
 - находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными

- учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
 - применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание учебного предмета 3 класс (68 часов)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	22
2	Эстафеты	12
3	Игры народов России	34
	Итого	68

Тематическое планирование по курсу «Поиграйка» в 3 классе (68 часов)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности
1	Русская народная игра «Краски»	2	ТБ при проведении подвижных игр.
2	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	2	Игровое упражнение
3	Русская народная игра «Ляпка»	2	Игра малой подвижности
4	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	2	Беседа «Возникновение подвижных игр»
5	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	2	Игровое упражнение
6	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	2	Игровое упражнение
7	Кабардино-балкарская народная игра «Подбуркой»	2	Игровое упражнение
8	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	2	Игра малой подвижности
9	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	2	Игра малой подвижности
10	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	2	Игровое упражнение
11	Марийская народная игра «Катание мяча»	2	Игровое упражнение
12	Татарская народная игра «Серый волк»	2	Игра малой подвижности
13	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	2	Игра малой подвижности
14	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка»	2	Подвижная игра средней интенсивности
15	Чечено-ингушская игра «Чиж»	2	Подвижная игра средней интенсивности

16	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	2	Игра малой подвижности
17	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	2	Игра малой подвижности
18	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	2	Игра малой подвижности
19	Чувашская игра «Рыбки»	2	Беседа: «Основы строения и функций организма»
20	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	2	ТБ при проведении подвижных игр.
21	Эстафета «Вызов номеров»	2	Игра средней интенсивности
22	Эстафета по кругу	2	Эстафета
23	Эстафета с обручем	2	Эстафета
24	Эстафета с мячом	2	Эстафета
25	Эстафета «Быстрые и ловкие»	2	Эстафета
26	Эстафета «Встречная»	2	Эстафета
27	Русская народная игра «Салки»	2	Игра малой подвижности
27	Русская народная игра «Пятнашки»	2	Игра малой подвижности
28	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	2	Игра малой подвижности
26	Русская народная игра «Фанты»	2	Игровое упражнение
27	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	2	Игровое упражнение
27	Русская народная игра «Волк»	2	Игровое упражнение
28	Русская народная игра «Птицелов»	2	Эстафета
29	Русская народная игра «Горелки»	2	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».
30	Русская народная игра «Краски»	2	Эстафета с мячом.
31	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	2	Игровое упражнение
32	Русская народная игра «Ляпка»	2	Игра малой подвижности
33	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	2	Игровое упражнение
34	Обобщение. Игры по выборудетей.	1	
35	Веселые старты	1	Эстафета
	Итого	68	

Планируемые результаты освоения курса «Поиграйка»

4 класс

Личностные результаты изучения курса «Поиграйка» является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты изучения курса «Поиграйка» является формирование следующих умений:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

4 класс (68 часов)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	19
2	Эстафеты	8
3	Игры народов России	7
	Итого	34

Календарно-тематическое планирование курсу «Подвижные игры» в 4 классе (68 часов)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности
1	Русская народная игра «Жмурки»	2	Игра малой подвижности
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	2	Игра малой подвижности
3	Русская народная игра «Горелки»	2	Игровое упражнение
4	Русская народная игра «Салки»	2	Игровое упражнение
5	Русская народная игра «Пятнашки»	2	Игровое упражнение
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	2	Эстафета
7	Русская народная игра «Фанты»	2	Игра малой подвижности
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	2	Игра малой подвижности
9	Русская народная игра «Волк»	2	Игровое упражнение
10	Русская народная игра «Птицелов»	2	Игровое упражнение
11	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	2	Игровое упражнение
12	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	2	Эстафета
13	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	2	Игра малой подвижности
14	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	2	Игра малой подвижности
15	Марийская народная игра «Катание мяча»	2	Игра малой подвижности
16	Татарская народная игра «Серый волк»	2	Игра малой подвижности
17	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	2	Игровое упражнение
18	Чувашская игра «Рыбки»	2	Игровое упражнение
19	Эстафета «Передача мяча»	2	Игровое упражнение
20	Эстафета со скакалкой	2	Эстафета
21	Эстафета «С мячом»	2	Игра малой подвижности
22	Эстафета зверей	2	Игра малой подвижности
23	Эстафета «Быстрые и ловкие»	2	Игровое упражнение
24	Эстафета «Вызов номеров»	2	Игровое упражнение
25	Эстафета по кругу	2	Игровое упражнение
26	Эстафета с обручем	2	Эстафета
27	Русская народная игра «Салки»	2	Игра малой подвижности
27	Русская народная игра «Пятнашки»	2	Игра малой подвижности
28	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	2	Игра малой подвижности
29	Русская народная игра «Краски»	2	Игровое упражнение

30	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	2	Игровое упражнение
31	Русская народная игра «Третий лишний»	2	Игровое упражнение
32	Русская народная игра «Пятнашки»	2	Эстафета
33	Обобщение. Игры по выбору детей.	2	
34	Веселые старты	1	Эстафета
	Итого	68	