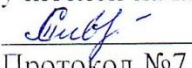
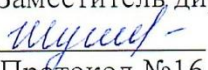


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Алтайского края

Администрация города Рубцовска

РАССМОТРЕНО  
Руководитель МО  
учителей начальных классов  
 Сивакова Т.П.  
Протокол №7  
от "08" июня 2022 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР  
 Шустрова Г.Н.  
Протокол №16  
от "09" июня 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ «Гимназия №11»  
 Мартинюк А.В.  
Приказ № 249  
от "13" июня 2022 г.



**Рабочая программа**

**внеурочной деятельности**

по курсу "Подвижные игры" и "Путешествие по тропе здоровья"

направление двигательная активность

в 1 А, Б, В, Г классах

на 2022– 2023 учебный год

разработана на основе курса

"Подвижные игры" и "Путешествие по тропе здоровья",

разработанного Глебовой Л.Д. руководителя методического объединения учителей

начальных классов, МОУ ООШ № 1, с. Донское, Ставропольский край

Составитель: Кулинич Любовь Николаевна, учитель физической культуры, первая категория

Рубцовск, 2022

## Учебно-тематическое планирование

по "Подвижные игры" и "Путешествие по тропе здоровья"

Класс 1 «А»

Учитель Кулинич Любовь Николаевна

Количество часов: на год 33, в неделю 1 час;

    I полугод. 16

    II полугод. 7

## Учебно-тематическое планирование

по "Подвижные игры" и "Путешествие по тропе здоровья"

Класс 1 «Б»

Учитель Кулинич Любовь Николаевна

Количество часов: на год 33, в неделю 1 час;

    I полугод. 16

    II полугод. 17

## Учебно-тематическое планирование

по "Подвижные игры" и "Путешествие по тропе здоровья"

Класс 1 «В»

Учитель Кулинич Любовь Николаевна

Количество часов: на год 33, в неделю 1 час;

    I полугод. 16

    II полугод. 17

## Учебно-тематическое планирование

по "Подвижные игры" и "Путешествие по тропе здоровья"

Класс 1 «Г»

Учитель Кулинич Любовь Николаевна

Количество часов: на год 33, в неделю 1 час;

I полугод. 16

II полугод. 17

## **Пояснительная записка к рабочей программе по курсу «Подвижные игры» и «Путешествие по тропе здоровья»**

### **Нормативные документы**

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом № 373 Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г., на основе курса «Подвижные игры» и «Путешествие по тропе здоровья», разработанного Глебовой Л.Д. руководителя методического объединения учителей начальных классов, МОУ ООШ № 1, с. Донское, Ставропольский край (журнал «Завуч» № 2, 2011 г).

### **Информация о возрастной группе учащихся, на которых ориентирована программа.**

Программа предназначена для детей 6-7 лет, посещающих ОУ.

### **Информация о назначении программы курса.**

Игра - важнейший инструмент жизненной активности ребёнка. Движение – это жизнь. Природа дала ребёнку врождённое стремление к движению, снабдив ценнейшим чувством – чувством «мышечной радости», которое он испытывает двигаясь. Общее снижение интереса к детской игре как в учебном процессе, так и во внеурочное время в определённой мере утратило значение игр в решении жизнедеятельности ребёнка. Игры с физическим компонентом позволяют решить целый комплекс вопросов в работе с детьми, удовлетворить их потребность в движении, научить владеть своим телом, развивать не только физические, но и умственные, творческие способности. Эмоциональный подъём во время игры создаёт у детей повышенный тонус всего организма. Регулярное включение в учебный процесс различных видов игр позволяет направленно развивать и совершенствовать двигательные функции ребёнка, в результате чего формируется новый, более высокий уровень развития таких физических качеств, как быстрота, сила, ловкость, выносливость, осваиваются новые виды движений. Знакомство с русскими народными играми, играми народов России является неотъемлемой частью художественного и физического воспитания. У детей формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре разных народов, создаётся эмоциональная основа для развития патриотических чувств.

Базовым результатом освоения курса является не только активное развитие физической природы занимающихся, но и формированию у них психических и социальных качеств личности, которые во многом обуславливают становление и последующее формирование универсальных способностей (компетенций) человека.

Универсальность компетенций определяется в первую очередь широкой их востребованностью каждым человеком, объективной необходимостью для выполнения различных видов деятельности, выходящих за рамки физкультурной деятельности. В число универсальных компетенций, формирующихся в начальной школе в процессе освоения учащимися курса с общеразвивающей направленностью, входят:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

### **Количество часов, отводимых на изучение данного курса.**

Программа рассчитана на 32 часа в год, 1 час в неделю.

**Цель курса:** повысить интерес к детским подвижным играм как одной из форм двигательной активности ребёнка.

### **Задачи:**

- Расширить знания учащихся в области подвижных игр.
- Возвысить через игру культуру русского народа. Познакомить с культурой других народов.
- Развитие физических способностей ребёнка в игре.

### **Планируемые результаты.**

По окончании первого класса начальной школы учащиеся должны уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- характеризовать роль и значение двигательной активности в жизни человека;

- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство под руководством учителя;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- применять технические действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

### **Личностные и метапредметные результаты.**

#### **Личностные результаты:**

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других 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;

#### **Метапредметные результаты:**

- 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.

### **Содержание тем курса внеурочной деятельности.**

#### **Русские народные игры (8 ч).**

Знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей детей, координации движения, силы и ловкости. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

#### **Подвижные игры (9 ч.)**

Совершенствование координации движений, развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умение действовать в коллективе, воспитание инициативы, культуры поведения, творческого подхода к игре.

#### **Эстафеты (6 ч).**

Знакомство с правилами эстафет, развитие быстроты реакции, внимания, навыков передвижения, воспитание чувства коллективизма и ответственности.

#### **Тропа здоровья (9 ч).**

Через практические навыки, умения познакомить учащихся со своим организмом, то есть с самим собой. Развивать знания в области сохранения организма здоровым начиная с детства.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН НА 2021 – 2022 УЧЕБНЫЙ ГОД  
ПО "ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ" И "ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ТРОПЕ ЗДОРОВЬЯ" ЗА 1 КЛАСС**

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов по авторской программе	Количество часов по рабочей программе	Номер урока в тематическом планировании
1.	<b>Русские народные игры</b>	<b>8 часов</b>	<b>8 часов</b>	1-8
2.	<b>Подвижные игры</b>	<b>9 часов</b>	<b>9 часов</b>	9-17
3.	<b>Эстафеты</b>	<b>6 часов</b>	<b>6 часов</b>	18-23
4.	<b>Тропа здоровья</b>	<b>6 часов</b>	<b>6 часов</b>	24-32
6.	<b>Резервное занятие</b>		<b>1 час</b>	33
	<b>Итого:</b>	<b>32 часа</b>	<b>33 часа</b>	



**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры и Путешествие по тропе здоровья» 1 «А» класс**

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Форма внеурочной деятельности	Дата проведения	
				план	факт
<b>Русские народные игры (8 часов)</b>					
1	Гуси-лебеди	1	Игровая, поточная	06.09	
2	У медведя во бору	1	Игровая, фронтальная	13.09	
3	Филин и пташки	1	Игровая, фронтальная	20.09	
4	Палочка-выручалочка	1	Игровая, поточная	27.09	
5	Блуждающий мяч	1	Игровая, фронтальная	04.10	
6	Классики	1	Игровая, поточная	11.10	
7	Ловишка в кругу	1	Игровая, фронтальная	18.10	
8	Пчелки и ласточки	1	Игровая, фронтальная	25.10	
<b>Подвижные игры (9 часов)</b>					
9	К своим флажкам	1	Игровая, фронтальная	08.11	
10	Кто идет	1	Игровая, поточная	15.11	
11	Северный и южный ветер	1	Игровая, фронтальная	22.11	
12	Соревнования скороходов	1	Игровая, фронтальная	29.11	
13	Колдунчики	1	Игровая, фронтальная	06.12	
14	Аисты	1	Игровая, фронтальная	13.12	
15	Пчелы и медведи	1	Игровая, фронтальная	20.12	
16	Хитрая лиса	1	Игровая, поточная	27.12	
17	Ловишки с приседаниями	1	Игровая, поточная	10.01	
<b>Эстафеты (5 часов)</b>					
18	Переправа с досками	1	Игровая, фронтальная	17.01	
19	Туннель	1	Игровая, фронтальная	24.01	
20	Собери урожай	1	Игровая, фронтальная	31.01	
21	На погрузке арбузов	1	Игровая, фронтальная	07.02	
22	Принеси мяч	1	Игровая, фронтальная	21.02	
23	Успей перебежать		Игровая,	28.02	

			фронтальная		
<b>Тропа Здоровья (9 часов)</b>					
<b>24</b>	Вводное занятие. Организм человека и его функции	1	Беседа	07.03	
<b>25</b>	Органы пищеварения	1	Беседа	14.03	
<b>26</b>	Органы дыхания	1	Беседа	21.03	
<b>27</b>	Нервная система	1	Беседа	04.04	
<b>28</b>	Зубы и уход за ними	1	Беседа	11.04	
<b>29</b>	Опора тела и движения. Скелет и осанка	1	Беседа	18.04	
<b>30</b>	Органы кровообращения. Сердце	1	Беседа	25.04	
<b>31</b>	Органы чувств	1	Беседа	02.05	
<b>32</b>	Мышцы и их значение	1	Беседа	16.05	
<b>33</b>	Резервное занятие.	1		23.05	

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры и Путешествие по тропе здоровья» 1 «Б» класс**

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Форма внеурочной деятельности	Дата проведения	
				план	факт
<b>Русские народные игры (8 часов)</b>					
1	Гуси-лебеди	1	Игровая, поточная	01.09	
2	У медведя во бору	1	Игровая, фронтальная	08.09	
3	Филин и пташки	1	Игровая, фронтальная	15.09	
4	Палочка-выручалочка	1	Игровая, поточная	22.09	
5	Блуждающий мяч	1	Игровая, фронтальная	29.09	
6	Классики	1	Игровая, поточная	06.10	
7	Ловишка в кругу	1	Игровая, фронтальная	13.10	
8	Пчелки и ласточки	1	Игровая, фронтальная	20.10	
<b>Подвижные игры (9 часов)</b>					
9	К своим флажкам	1	Игровая, фронтальная	27.10	
10	Кто идет	1	Игровая, поточная	10.11	
11	Северный и южный ветер	1	Игровая, фронтальная	17.11	
12	Соревнования скороходов	1	Игровая, фронтальная	24.11	
13	Колдунчики	1	Игровая, фронтальная	01.12	
14	Аисты	1	Игровая, фронтальная	08.12	
15	Пчелы и медведи	1	Игровая, фронтальная	15.12	
16	Хитрая лиса	1	Игровая, поточная	22.12	
17	Ловишки с приседаниями	1	Игровая, поточная	12.01	
<b>Эстафеты (5 часов)</b>					
18	Переправа с досками	1	Игровая, фронтальная	19.01	
19	Туннель	1	Игровая, фронтальная	26.01	
20	Собери урожай	1	Игровая, фронтальная	02.02	
21	На погрузке арбузов	1	Игровая, фронтальная	09.02	
22	Принеси мяч	1	Игровая, фронтальная	02.03	
23	Успей перебежать		Игровая,	09.03	

			фронтальная		
<b>Тропа Здоровья (9 часов)</b>					
<b>24</b>	Вводное занятие. Организм человека и его функции	1	Беседа	16.03	
<b>25</b>	Органы пищеварения	1	Беседа	23.03	
<b>26</b>	Органы дыхания	1	Беседа	06.04	
<b>27</b>	Нервная система	1	Беседа	13.04	
<b>28</b>	Зубы и уход за ними	1	Беседа	20.04	
<b>29</b>	Опора тела и движения. Скелет и осанка	1	Беседа	27.04	
<b>30</b>	Органы кровообращения. Сердце	1	Беседа	04.05	
<b>31</b>	Органы чувств	1	Беседа	11.05	
<b>32</b>	Мышцы и их значение	1	Беседа	18.05	
<b>33</b>	Резервное занятие.	1		25.05	

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры и Путешествие по тропе здоровья» 1 «В» класс**

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Форма внеурочной деятельности	Дата проведения	
				план	факт
<b>Русские народные игры (8 часов)</b>					
1	Гуси-лебеди	1	Игровая, поточная	06.09	
2	У медведя во бору	1	Игровая, фронтальная	13.09	
3	Филин и пташки	1	Игровая, фронтальная	20.09	
4	Палочка-выручалочка	1	Игровая, поточная	27.09	
5	Блуждающий мяч	1	Игровая, фронтальная	04.10	
6	Классики	1	Игровая, поточная	11.10	
7	Ловишка в кругу	1	Игровая, фронтальная	18.10	
8	Пчелки и ласточки	1	Игровая, фронтальная	25.10	
<b>Подвижные игры (9 часов)</b>					
9	К своим флажкам	1	Игровая, фронтальная	08.11	
10	Кто идет	1	Игровая, поточная	15.11	
11	Северный и южный ветер	1	Игровая, фронтальная	22.11	
12	Соревнования скороходов	1	Игровая, фронтальная	29.11	
13	Колдунчики	1	Игровая, фронтальная	06.12	
14	Аисты	1	Игровая, фронтальная	13.12	
15	Пчелы и медведи	1	Игровая, фронтальная	20.12	
16	Хитрая лиса	1	Игровая, поточная	27.12	
17	Ловишки с приседаниями	1	Игровая, поточная	10.01	
<b>Эстафеты (5 часов)</b>					
18	Переправа с досками	1	Игровая, фронтальная	17.01	
19	Туннель	1	Игровая, фронтальная	24.01	
20	Собери урожай	1	Игровая, фронтальная	31.01	
21	На погрузке арбузов	1	Игровая, фронтальная	07.02	
22	Принеси мяч	1	Игровая, фронтальная	21.02	
23	Успей перебежать		Игровая,	28.02	

			фронтальная		
<b>Тропа Здоровья (9 часов)</b>					
<b>24</b>	Вводное занятие. Организм человека и его функции	1	Беседа	07.03	
<b>25</b>	Органы пищеварения	1	Беседа	14.03	
<b>26</b>	Органы дыхания	1	Беседа	21.03	
<b>27</b>	Нервная система	1	Беседа	04.04	
<b>28</b>	Зубы и уход за ними	1	Беседа	11.04	
<b>29</b>	Опора тела и движения. Скелет и осанка	1	Беседа	18.04	
<b>30</b>	Органы кровообращения. Сердце	1	Беседа	25.04	
<b>31</b>	Органы чувств	1	Беседа	02.05	
<b>32</b>	Мышцы и их значение	1	Беседа	16.05	
<b>33</b>	Резервное занятие.	1		23.05	

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры и Путешествие по тропе здоровья» 1 «Г» класс**

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Форма внеурочной деятельности	Дата проведения	
				план	факт
<b>Русские народные игры (8 часов)</b>					
1	Гуси-лебеди	1	Игровая, поточная	06.09	
2	У медведя во бору	1	Игровая, фронтальная	13.09	
3	Филин и пташки	1	Игровая, фронтальная	20.09	
4	Палочка-выручалочка	1	Игровая, поточная	27.09	
5	Блуждающий мяч	1	Игровая, фронтальная	04.10	
6	Классики	1	Игровая, поточная	11.10	
7	Ловишка в кругу	1	Игровая, фронтальная	18.10	
8	Пчелки и ласточки	1	Игровая, фронтальная	25.10	
<b>Подвижные игры (9 часов)</b>					
9	К своим флажкам	1	Игровая, фронтальная	08.11	
10	Кто идет	1	Игровая, поточная	15.11	
11	Северный и южный ветер	1	Игровая, фронтальная	22.11	
12	Соревнования скороходов	1	Игровая, фронтальная	29.11	
13	Колдунчики	1	Игровая, фронтальная	06.12	
14	Аисты	1	Игровая, фронтальная	13.12	
15	Пчелы и медведи	1	Игровая, фронтальная	20.12	
16	Хитрая лиса	1	Игровая, поточная	27.12	
17	Ловишки с приседаниями	1	Игровая, поточная	10.01	
<b>Эстафеты (5 часов)</b>					
18	Переправа с досками	1	Игровая, фронтальная	17.01	
19	Туннель	1	Игровая, фронтальная	24.01	
20	Собери урожай	1	Игровая, фронтальная	31.01	
21	На погрузке арбузов	1	Игровая, фронтальная	07.02	
22	Принеси мяч	1	Игровая, фронтальная	21.02	
23	Успей перебежать		Игровая,	28.02	

			фронтальная		
<b>Тропа Здоровья (9 часов)</b>					
<b>24</b>	Вводное занятие. Организм человека и его функции	1	Беседа	07.03	
<b>25</b>	Органы пищеварения	1	Беседа	14.03	
<b>26</b>	Органы дыхания	1	Беседа	21.03	
<b>27</b>	Нервная система	1	Беседа	04.04	
<b>28</b>	Зубы и уход за ними	1	Беседа	11.04	
<b>29</b>	Опора тела и движения. Скелет и осанка	1	Беседа	18.04	
<b>30</b>	Органы кровообращения. Сердце	1	Беседа	25.04	
<b>31</b>	Органы чувств	1	Беседа	02.05	
<b>32</b>	Мышцы и их значение	1	Беседа	16.05	
<b>33</b>	Резервное занятие.	1		23.05	



**Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса.**

**Библиографический список методических и учебных пособий, используемых в образовательном процессе для учителя.**

**Научно-практический журнал «Завуч начальной школы № 2»**







