**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение**

**«Татарская гимназия с отделением искусств г. Белебея»**

**муниципального района Белебеевский район**

**Республики Башкортостан**

|  |  |
| --- | --- |
| РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО  Протокол заседания кафедры начальные классы  от « 28» августа 2017г. № 1 | УТВЕРЖДЕНО  Приказом МАОУ «Татарская гимназия г. Белебея» РБ  от «31» августа 2017 г. №266 |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по курсу внеурочной деятельности**

Подвижные игры

**Начальное общее образование:** 3класс

**Срок реализации:** 1год

**Разработана на основе программы:** примерные программы внеурочной деятельности. Стандарты второго поколения. М., Просвещение, 2010 г.

**Составитель**: Шакирова Финзира Галимзяновна

2017 г.

1. **Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

**Универсальными компетенциями** учащихся по курсу «Подвижные игры» являются:

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

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

* 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.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» являются следующие умения:

* 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.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры»  являются следующие умения:

* 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.**

1. **Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел (тема)** | **Форма организации** | **Вид деятельности** |
| 1 | Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры:  «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы. | Подвижная игра | Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 2 | Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта». | Подвижная эстафета | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча.  Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |
| 3 | Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». | Подвижная игра | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча.  Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |
| 4 | Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». | эстафета | Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега  Преодоление малых препятствий.  Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 5 | Разучивание игр  «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры | эстафета | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча.  Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |
| 6 | Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм. | эстафета | Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега  Преодоление малых препятствий.  Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 7 | Комбинированная эстафета. Подвижные игры:  «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры. | Подвижная игра.Эстафета. | Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 8 | Разучивание игры  «Лягушки-цапли», Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. | эстафета | Разучивание игры  «Лягушки-цапли», Быстрее по местам».  Эстафета с прыжками с ноги на ногу.  Самостоятельные игры. |
| 9 | Разучивание игры  «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната. | эстафета | Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 10 | Эстафета с переноской предметов.  Разучивание игр «Перетягивание каната».  «Не намочи ног». | эстафета | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |
| 11 | Разучивание игры «Береги предмет». «Кто первый через обруч к флажку?» | Подвижная игра | Разучивание игры «Береги предмет»  «Кто первый через обруч к флажку?» |
| 12 | Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры. | Подвижная игра | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |
| 13 | «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши».  Игры по выбору. | Подвижная игра | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |
| 14 | «Кто дольше не собьётся», «Удочка».  Игры по выбору. | Подвижная игра | Подвижные игры.  Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |
| 15 | Разучивание игр  «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты. | Подвижная игра | Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.Весёлые старты.Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цел |
| 16 | Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка» Эстафета с мячами, скакалками. | Подвижная игра | Подвижные игры.  Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей |
| 17 | Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору. | Подвижная игра | ТБ на уроках лыжной подготовки.Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры. |
| 18 | «Гонки санок» «Попади в цель». Игры по выбору. | Подвижная игра | Игры на лыжах. |
| 19 | Катание на лыжах. «Быстрые упряжки»,  «На санки» Игры по выбору. | Подвижная игра | Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры. |
| 20 | Катание на лыжах. «Поменяй флажки», «Через препятствия» Самостоятельные игры. | Подвижная игра | Изменение скорости передвижения скользящим шагом и попеременным двушажным ходом. |
| 21 | Катание на лыжах. Разучивание игр  «Идите за мной», «Сороконожки».  Самостоятельные игры. | Подвижная игра | Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры. |
| 22 | Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето». Игры по выбору. | Подвижная игра | Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры. |
| 23 | Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок. | эстафета | Эстафета на лыжах. Игры. |
| 24 | Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей. | Подвижная игра | Эстафета на лыжах. Игры. |
| 25 | Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен».Самостоятельные игры. | Подвижная игра | Эстафета на лыжах. Игры. |
| 26 | «Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками.Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол. | эстафета | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафеты |
| 27 | «Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол | эстафета | Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. |
| 28 | «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч. | эстафета | Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. |
| 29 | «Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры. | Подвижная игра | Соревнования.Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. |
| 30 | «Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик». | эстафета | Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. |
| 31 | «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору. | эстафета | Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. |
| 32 | Упражнение «Силачи». Игры:  «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета | эстафета | Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. |
| 33 | «Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием».  Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору | эстафета | Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. |
| 34 | «Весёлые старты» | Подвижная игра | Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. |

1. **Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел (тема)** | **Количество часов** |
| 1 | Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры:  «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы. | 1 |
| 2 | Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта». | 1 |
| 3 | Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». | 1 |
| 4 | Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». | 1 |
| 5 | Разучивание игр  «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры | 1 |
| 6 | Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм. | 1 |
| 7 | Комбинированная эстафета. Подвижные игры:  «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры. | 1 |
| 8 | Разучивание игры  «Лягушки-цапли», Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. | 1 |
| 9 | Разучивание игры  «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната. | 1 |
| 10 | Эстафета с переноской предметов.  Разучивание игр «Перетягивание каната».  «Не намочи ног». | 1 |
| 11 | Разучивание игры «Береги предмет». «Кто первый через обруч к флажку?» | 1 |
| 12 | Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры. | 1 |
| 13 | «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши».  Игры по выбору. | 1 |
| 14 | «Кто дольше не собьётся», «Удочка».  Игры по выбору. | 1 |
| 15 | Разучивание игр  «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты. | 1 |
| 16 | Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка» Эстафета с мячами, скакалками. | 1 |
| 17 | Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору. | 1 |
| 18 | «Гонки санок» «Попади в цель». Игры по выбору. | 1 |
| 19 | Катание на лыжах. «Быстрые упряжки»,  «На санки» Игры по выбору. | 1 |
| 20 | Катание на лыжах. «Поменяй флажки», «Через препятствия» Самостоятельные игры. | 1 |
| 21 | Катание на лыжах. Разучивание игр  «Идите за мной», «Сороконожки».  Самостоятельные игры. | 1 |
| 22 | Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето». Игры по выбору. | 1 |
| 23 | Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок. | 1 |
| 24 | Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей. | 1 |
| 25 | Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен».Самостоятельные игры. | 1 |
| 26 | «Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками.Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол. | 1 |
| 27 | «Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол | 1 |
| 28 | «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч. | 1 |
| 29 | «Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры. | 1 |
| 30 | «Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик». | 1 |
| 31 | «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору. | 1 |
| 32 | Упражнение «Силачи». Игры:  «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета | 1 |
| 33 | «Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием».  Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору | 1 |
| 34 | «Весёлые старты» | 1 |

**Примечание.**

**Календарно-тематическое планирование на текущий учебный год – Приложение 1**

Приложение 1

к рабочей программе по курсу внеурочной деятельности “Подвижные игры”,

утвержденной приказом

МАОУ «Татарская гимназия

г. Белебея» РБ

от \_\_ августа 2017 г. № \_\_\_\_\_

**Тематическое планирование**

**по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры»**

**на 2017/2018 учебный год**

**3б класс**

**Количество часов в неделю - 1**

**Количество часов в год - 34**

**Учитель: Шакирова Ф.Г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п.п.** | **Планируемая дата проведения** | | **Фактическая дата проведения** | | **Тема** | | **Примечание** |
| 1 |  | |  | | Упражнение «Высокие деревья».Подвижные игры:  «Кузнечики», «Лошадки», «Ак тирәк, кук тирәк”. Самостоятельные игры: футбол, вышибалы. | |  |
| 2 |  | |  | | Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта». | |  |
| 3 |  | |  | | Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». | |  |
| 4 |  | |  | | Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». | |  |
| 5 |  | |  | | Разучивание игр  «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры | |  |
| 6 |  | |  | | Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм. | |  |
| 7 |  | |  | | Комбинированная эстафета. Подвижные игры:  «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры. | |  |
| 8 |  | |  | | Разучивание игры  «Лягушки-цапли», Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. | |  |
| 9 |  | |  | | Разучивание игры  «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната. | |  |
| 10 |  | |  | | Эстафета с переноской предметов.  Разучивание игр «Перетягивание каната».  «Не намочи ног». | |  |
| 11 |  | |  | | Разучивание игры «Береги предмет». «Кто первый через обруч к флажку?» | |  |
| 12 |  | |  | | Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры. | |  |
| 13 |  | | |  | «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши».  Игры по выбору. | |  |
| 14 |  | | |  | «Кто дольше не собьётся», «Удочка».  Игры по выбору. | |  |
| 15 |  | | |  | Разучивание игр  «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты. | |  |
| 16 |  | | |  | Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка» Эстафета с мячами, скакалками. | |  |
| 17 |  | | |  | Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору. | |  |
| 18 |  | | |  | «Гонки санок» «Попади в цель». Игры по выбору. | |  |
| 19 |  | | |  | Катание на лыжах. «Быстрые упряжки»,  «На санки» Игры по выбору. | |  |
| 20 | |  | |  | Катание на лыжах. «Поменяй флажки», «Через препятствия» Самостоятельные игры. |  | | |
| 21 | |  | |  | Катание на лыжах. Разучивание игр  «Идите за мной», «Сороконожки».  Самостоятельные игры. |  | | |
| 22 | |  | |  | Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето». Игры по выбору. |  | | |
| 23 | |  | |  | Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок. |  | | |
| 24 | |  | |  | Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей. |  | | |
| 25 | |  | |  | Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен».Самостоятельные игры. |  | | |
| 26 | |  | |  | «Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками.Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол. |  | | |
| 27 | |  | |  | «Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол |  | | |
| 28 | |  | |  | «Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч. |  | | |
| 29 | |  | |  | «Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры. |  | | |
| 30 | |  | |  | «Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик». |  | | |
| 31 | |  | |  | «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору. |  | | |
| 32 | |  | |  | Упражнение «Силачи». Игры:  «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета |  | | |
| 33 | |  | |  | «Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием».  Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору |  | | |
| 34 | |  | |  | «Весёлые старты» |  | | |