

Принято
Педагогическим советом
Протокол № 1____
«30» августа 2022г.

Согласовано
Зам.директора по УВР
____ С.Н. Казакова
« 30 » августа 2022г.

Утверждено
Директор школы
____ М.Н.Юрова
Приказ № 80_
« 01» __09__2022г

СМЕЛЫЕ, СИЛЬНЫЕ, ЛОВКИЕ

Рабочая программа внеурочной деятельности

для обучающихся 1-4 классов
(*спортивно-оздоровительное направление*)

Составитель: Лукиных Е.А.,
учитель физической культуры

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 8) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 6) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- 7) 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;
- 8) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

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

№ п/п	Содержание курса	Формы организации	Виды деятельности
Игры на ориентирование в пространстве (5 час.)			
1	Игра «Ворота»	Инструктаж, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
2	Игра «Что справа»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
3	Игра «Вытолкни за круг»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
4	Игра «Колокольчик»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
5	Игра «Отгадай – где...?»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Игры с предметами (7 час)			
6	Игры со скакалками	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
7	Игра «Скакалочка»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
8	Игра «Вышибалы»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
9	Игра «Докати мяч»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
10	Игра «Охотники и утки»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
11	Игра «Уведи мяч»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
12	Игра «С кочки на кочку»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Подвижные игры (8 час)			
13	Игра «Прыгающие воробушки»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
14	Игра «Дедушка-рожок»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
15	Игра «Охотники и утки»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
16	Игра «Удочка»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
17	Игра «Гуси-лебеди»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
18	Игра «Караси и щука»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
19	Игра «Пуганка»	Загадки, беседа,	Познавательная и

		коллективная игра	игровая
20	Игра «Ракета»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Эстафеты с бегом и прыжками с преодолением препятствий (3 час)			
21	Эстафета «С флажком»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
22	Эстафета «Найди жгут»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
23	Эстафета «Перемени предмет»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
Эстафеты с мячами (3 часа)			
24	Эстафета «Метко в цель»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
25	Эстафета «Прокати мяч»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
26	Эстафета «Посадка картофеля»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
Хороводные игры. Сюжетные игры (5 часа)			
27	Игра «Баба –Яга»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
28	Игра «Ручеек»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
29	Игра «Веселые ребята»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
30	Игра «Зайцы в огороде»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
31	Игра «Теремок»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
Русские народные игры (3 часа)			
32	Игра «Гуси-лебеди»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая
33	Игра «Краски»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая
34	Игра «У медведя во бору»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая

2 класс

№ п/п	Содержание курса	Формы организации	Виды деятельности
Игры на ориентирование в пространстве (7 час.)			
1	Игра «Молекулы Хаос»	Инструктаж, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
2	Игра «Что изменилось»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
3	Игра «Опачки»	Беседа, коллективная игра	Познавательная

			и игровая
4	Игра «Давай меняться»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
5	Игра «Где я сяду»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
6	Игра «Встречный бой»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
7	Игра «Импульс»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Игры с предметами (7 час)			
8	Игры со скакалками	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
9	Игра «Найди магнит»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
10	Игра «Скакалочка»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
11	Игра «Уведи мяч»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
12	Игра «Лови - бросай»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
13	Игра «С кочки на кочку»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
14	Игра «Кирпичики и каменщики»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Подвижные игры (6 час)			
15	Игра «Салки с прыжками»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
16	Игра «Третий лишний»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
17	Игра «Машина едет»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
18	Игра «Хрюшенька»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
19	Игра «Миксер»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
20	Игра «К своим флажкам»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Эстафеты с бегом и прыжками с преодолением препятствий (3 час)			
21	Эстафета «Бег сороконожек»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
22	Эстафета «Найди жгут»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
23	Эстафета «Перемени предмет»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
Эстафеты с мячами (3 часа)			
24	Эстафета «Метко в цель»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
25	Эстафета «Прокати соседу»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
26	Эстафета «Мяч соседу»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
Хороводные игры. Сюжетные игры (6 часа)			
27	Игра «Пятнашки»	Беседа, коллективная,	Познавательная

		групповая игра, викторина	и игровая
28	Игра «Ручеек»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
29	Игра «Маляр и краски»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
30	Игра «Буги-Вуги»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
31	Игра «Самовар»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
32	Игра «Жадный повар»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
Русские народные игры (3 часа)			
33	Игра «Горелки»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая
34	Игра «Два Мороза»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая
35	Игра «Колечко»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая

3 класс

№ п/п	Содержание курса	Формы организации	Виды деятельности
Игры на ориентирование в пространстве (7 час.)			
1	Игра « Кто дальше»	Инструктаж, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
2	Игра «Попрыгунчики»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
3	Игра «Болото»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
4	Игра «Жмурки»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
5	Игра «Разведчик»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
6	Игра «Волшебный сундучок»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
7	Игра «Разведчик»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Игры с предметами (7 час)			
8	Игры со скакалками.	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
9	Игра «Волк во рву»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
10	Игра «Береги предмет»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
11	Игра «Рыбак и рыбка»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
12	Игра «Прыгай выше и дружнее»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
13	Игра «С кочки на кочку»	Беседа, коллективная игра	Познавательная

			и игровая
14	Игра «Альпинисты»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Подвижные игры (6 час)			
15	Игра «Кто быстрее встанет в круг»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
16	Игра «Прыгающие воробушки»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
17	Игра «К своим флажкам»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
18	Игра «Зарница»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
19	Игра «Филин и пташки»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
20	Игра «Совушка»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Эстафеты с бегом и прыжками с преодолением препятствий (3 час)			
21	Эстафета «12 палочек»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
22	Эстафета «Разгрузи машину»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
23	Эстафета «Переправа»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
Эстафеты с мячами (3 часа)			
24	Эстафета «Встречная эстафета»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
25	Эстафета «Перекасти поле»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
26	Эстафета «Передал - прыгай»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
Хороводные игры. Сюжетные игры (6 часа)			
27	Игра «Пирог»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
28	Игра «Плетень»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
29	Игра «Фанты»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
30	Игра «Курочка и петушки»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
31	Игра «Утка - гусь»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
32	Игра «Зайцы в огороде»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
Русские народные игры (3 часа)			
33	Игра «Лапта»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая
34	Игра «Штандр»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая
35	Игра «Зайцы в огороде»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая

№ п/п	Содержание курса	Формы организации	Виды деятельности
Игры на ориентирование в пространстве (7 час.)			
1	Игра «Гусеница»	Инструктаж, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
2	Игра «Воробушки и кот»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
3	Игра «Болото»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
4	Игра «Астрономы»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
5	Игра «Робот»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
6	Игра «Бабушкин клубок»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
7	Игра «Разведчик»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Игры с предметами (7 час)			
8	Игры со скакалками.	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
9	Игра «Салки-выручалки»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
10	Игра «Скакалочка»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
11	Игра «Рыбак и рыбка»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
12	Игра «Охотники и утки»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
13	Игра «Сильный бросок»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
14	Игра «Свечки»	Беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Подвижные игры (7 час)			
15	Игра «Третий лишний»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
16	Игра «Картошка»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
17	Игра «Город катастроф»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
18	Игра «Попробуй поймай»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
19	Игра «День и ночь»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
20	Игра «Кто дальше...»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
21	Игра «Сантики-фантики-лимпомпо»	Загадки, беседа, коллективная игра	Познавательная и игровая
Эстафеты с бегом и прыжками с преодолением препятствий (3 час)			
22	Эстафета «Два Мороза»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая

23	Эстафета «Кто скорее...»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
24	Эстафета «Паучок»	Познавательная беседа, коллективная, групповая игра.	Познавательная и игровая
Эстафеты с мячами (3 часа)			
25	Эстафета «Подвижная цель»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
26	Эстафета «Снайпер»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
27	Эстафета «Через сетку»	Командные соревнования	Познавательная и игровая
Хороводные игры. Сюжетные игры (5 часа)			
28	Игра «Слепой медведь»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
29	Игра «Плетень»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
30	Игра «Веселые ребята»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
31	Игра «Арам- шим- шим»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
32	Игра «Танец Лавата»	Беседа, коллективная, групповая игра, викторина	Познавательная и игровая
Русские народные игры (3 часа)			
33	Игра «Челнок»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая
34	Игра «Земля – вода - небо»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая
35	Игра «Золотые ворота»	Беседа, спортивный праздник	Познавательная и игровая

3. Тематический план

Темы раздела	Количество часов по классам			
	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Игры на ориентирование в пространстве	5	7	7	7
Игры с предметами	7	7	7	7
Подвижные игры	8	6	6	7
Эстафеты с бегом и прыжками, с преодолением препятствий	3	3	3	3
Эстафеты с мячами	3	3	3	3
Хороводные игры. Сюжетные игры	5	6	6	5
Русские народные игры	3	3	3	3
ИТОГО	34	35	35	35