

Ремонтненский район, с.Ремонтное
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Ремонтненская гимназия №1

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

МБОУ Ремонтненская гимназия №1

Приказ от 31 августа 2026 г. № 95

Д.Е. Кононогов



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности

Направление: спортивно - оздоровительное

Название курса: Подвижные игры

Уровень общего образования (класс):

начальное общее образование: 1 класс

Количество часов: 1 час в неделю, 33 часа за год

Учитель: Решетникова Ирина Александровна

2026-2027 учебный год

Данная программа рассчитана на 1 год обучения и соответствует младшему возрастному уровню (7лет). Программа рассчитана на обучающихся 1-х классов на 33 часа в год.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительностью – 35 минут. Согласно годовому календарному графику работы МБОУ

Ремонтненской гимназии №1 на 2026-2027 учебный год по программе на изучение курса во 1-х классах отводится 33 часа

Планируемые результаты:

Изучение программы будет способствовать развитию личностных, предметных и метапредметных универсальных учебных действий (УУД):

Личностными результатами 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 (познавательные, регулятивные, коммуникативные УУД) являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- 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 учетом требований ее 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 являются следующие умения:

- 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 инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- 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;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения

метод оценки достижений учащихся – беседы, выполнение контрольных упражнений (тестов).

Структура курса

№ п/п	Разделы	Количество часов	Содержание
1	Подвижные игры	20 часов	Народные игры и забавы
2	Легкоатлетические упражнения	7 часов	Беговые, прыжковые, координационные и метательные упражнения
3	Гимнастические упражнения	5 часов	Упражнения на силу, гибкость, координацию
4	Обеспечение безопасности занятий	1 час	Изучение вопросов по предупреждению травматизма
Итого		33	

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Дата		Тема занятия	Кол-во часов
	план	факт		
1.	04.09.		Вводное занятие.	1
2.	11.09.		Легкоатлетические упражнения. Преодоление полосы препятствий	1
3.	18.09.		Подвижная игра: «Посадка какртофеля»	1
4.	25.09.		Подвижная игра: « Караси и щука»	1
5.	02.10.		Легкоатлетические упражнения. Упражнения для развития быстроты	1
6.	09.10.		Легкоатлетические упражнения. Упражнения для развития быстроты	1
7.	16.10.		Подвижная игра: «Не давай мяч водящему»	1
8.	23.10.		Подвижная игра: Охотники и утки	1
9.	06.11.		Подвижная игра: Охотники и утки	1

10.	13.11.		Легкоатлетические упражнения. Упражнения для развития быстроты	1
11.	20.11.		Легкоатлетические упражнения. Упражнения для развития прыгучести	1
12.	27.11.		Подвижная игра: «Третий лишний»	1
13.	04.12.		Подвижная игра: «Зайцы и Жучка»	1
14.	11.12.		Гимнастика. Акробатические упражнения.	1
15.	18.12.		Подвижная игра: «Третий лишний»	1
16.	25.12.		Гимнастика. Акробатические упражнения	1
17.	15.01.		Подвижная игра: «Охотники и утки»	1
18.	22.01.		Подвижная игра: «Зайцы и Жучка»	1
19.	29.01.		Подвижная игра: «Не давай мяч водящему»	1
20.	05.02.		Подвижная игра: «Не давай мяч водящему»	1
21.	12.02.		Гимнастика. Акробатические упражнения	1
22.	19..02.		Подвижная игра: «Белые медведи»	1
23.	05.03		Подвижная игра «Белые медведи»	1
24.	12.03.		Гимнастика. Акробатические упражнения	1
25.	19..03.		Подвижная игра: Охотники и утки	1
26.	26..03		Легкоатлетические упражнения. Упражнения для развития силы	1
27.	09 04.		Легкоатлетические упражнения. Упражнения для развития быстроты	1
28.	06.04.		Подвижная игра: «Карлики и Великаны», Волк во рву	1
29.	23.04.		Подвижная игра: Волк и семеро козлят	1

30.	30.04		Подвижная игра: «Волк во рву»,	1
31.	07.05.		Гимнастика. Акробатические упражнения	1
32.	14.05		Подвижная игра: «Волк во рву»,	1
33	21.05		Подвижная игра: «Волк и семеро козлят»	1

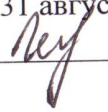
СОГЛАСОВАНА

Протокол заседания

Методического совета №1

МБОУ Ремонтненская гимназия №1

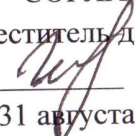
от 31 августа 2026 года №1

 Шаповалова С.М.

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по НМИР

Шаповалова С.М..


31 августа 2026 года

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 253990418593517909160278798703928433990398248714

Владелец Кононогов Денис Евгеньевич

Действителен с 05.10.2026 по 05.10.2027