

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Большестарханская средняя общеобразовательная школа»  
Тетюшского муниципального района Республики Татарстан

РАССМОТРЕНО

на заседании педагогического совета.

Протокол №1 от

25.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

«Большестарханская СОШ»

Шагаев Р.И.

Приказ №142 о.д

от 29.08.2025 г.

**Программа учебного курса «Подвижные игры»  
начального общего образования  
на 2025-2026 учебный год**

## **Пояснительная записка**

### **Программа курса составлена на основе:**

Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации»;  
Приказа Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»  
Плана внеурочной деятельности на 2025-2026 учебный год МБОУ «Большетарханская СОШ

### **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 «Подвижные игры» в 1, 4 классах отводится 68 часов; в 1, 4 классах по 34 часа в год, по 1 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 2-3 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 работы 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 организм и 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 «Подвижные игры»**

### **1 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;
- договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр;
- формировать представление об этических идеалах и ценностях;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

**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;
- соблюдать санитарно- гигиенические правила,режим дня;
- понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения;
- демонстрировать уровеньфизической подготовленности
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

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

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- знать различные виды игр;
- выполнять правила игры.

### Содержание учебного предмета

#### 1 класс (34 часа)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	13
2	Подвижные игры	8
3	Эстафеты	8
4	Игры народов России	5
	Итого	34

## Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 1 классе (34 часа)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности	Дата
1	Русская народная игра «Жмурки»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1	Игровое упражнение	
3	Русская народная игра «Горелки»	1	Игра малой подвижности	
4	Русская народная игра «Салки»	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»	
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1	Игровое упражнение	
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1	Игровое упражнение	
7	Русская народная игра «Зайки»	1	Игровое упражнение	
8	Русская народная игра «Гуси -Гуси»	1	Игровое упражнение	
9	Русская народная игра «Волк»	1	Игра малой подвижности	
10	Русская народная игра «Птицелов»	1	Игровое упражнение	
11	Подвижная игра «Совушка»	1	Игровое упражнение	
12	Подвижная игра «Мышеловка»	1	Игра малой подвижности	
13	Подвижная игра «Пустое место»	1	Игра малой подвижности	
14	Подвижная игра «Карусель»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1	Игра малой подвижности	
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1	Игра малой подвижности	
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1	Игра малой подвижности	
19	Эстафета «Передача мяча»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
20	Эстафета «С мячом»	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»	
21	Эстафета «Кто быстрее?»	1	Игра средней интенсивности	
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Эстафета	
23	Эстафета «Вызов номеров»	1	Эстафета	
24	Эстафета по кругу	1	Эстафета	

25	Эстафета с обручем	1	Эстафета	
26	Эстафета со скакалкой	1	Эстафета	
27	Башкирские народные игры «Юрта»	1	Игра малой подвижности	
28	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	Игра малой подвижности	
29	Татарская народная игра «Тюбетейка»	1	Игровое упражнение	
30	Чувашская игра «Журавушка»	1	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	
31	Русская народная игра «Родничок»	1	Игра малоподвижная	
32	Русская народная игра «Мельница»	1	Игровое упражнение	
33	Русская народная игра «Сова»	1	Игровое упражнение	
34	Обобщение	1		

## Планируемые результаты освоения курса «Подвижные игры»

### 4 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;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- готовность к преодолению трудностей;
- целеустремленность и настойчивость в достижении целей, жизненного оптимизма;

**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;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- оказание моральной поддержки сверстникам во время соревнований;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

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

- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
- играть по упрощённым правилам спортивные игры;
- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга;

## Содержание учебного предмета

### 4 класс (34 часа)

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	13
2	Эстафеты	6
3	Игры народов России	15
	Итого	34

**Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 4 классе  
(34 часа)**

№ п/п	Тема	Кол- во часов	Форма деятельности организации	Дата
1	Русская народная игра «Краски»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	
2	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1	Игровое упражнение	
3	Русская народная игра «Ляпка»	1	Игра малой подвижности	
4	Башкирские народные игры «Медный пень»	1	Беседа «Возникновение подвижных игр»	
5	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1	Игровое упражнение	
6	Дагестанские народные игры «Выбей из круга»	1	Игровое упражнение	
7	Кабардино-балкарская народная игра «Подбуркой»	1	Игровое упражнение	
8	Калмыцкие народные игры «Прятки»	1	Игра малой подвижности	
9	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	1	Игра малой подвижности	
10	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1	Игровое упражнение	
11	Марийская народная игра «Катание мяча»	1	Игровое упражнение	
12	Татарская народная игра «Серый волк»	1	Игра малой подвижности	
13	Якутские народные игры «Сокол и лиса»	1	Игра малой подвижности	
14	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый заяц»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
15	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1	Игра малой подвижности	
16	Северо - осетинская игра «Борьба за флажки»	1	Игра малой подвижности	
17	Чувашская игра «Рыбки»	1	Беседа: «Основы строения и функций организма»	
18	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1	Игра малой подвижности	
19	Русская народная игра «Догони соперника»	1	Игровое упражнение	
20	Русская народная игра «Второй лишний»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
21	Русская народная игра «Гуси»	1	Игра малой подвижности	
22	Русская народная игра «Кошки - мышки»	1	Подвижная игра средней интенсивности	
23	Эстафета «Вызов номеров»	1	ТБ при проведении подвижных игр.	



			Подвижная игра средней интенсивности	
24	Эстафета по кругу	1	Эстафета	
25	Эстафета с обручем	1	Эстафета	
26	Эстафета с мячом	1	Эстафета	
27	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	Эстафета	
28	Эстафета «Встречная»	1	Эстафета	
29	Русская народная игра «Веребочка»	1	Игра малой подвижности	
30	Русская народная игра «Горелки»	1	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	
31	Русская народная игра «Краски»	1	Эстафета с мячом.	
32	Русская народная игра «Горячий картофель»	1	Игровое упражнение	
33	Русская народная игра «Пчелки и ласточки»	1	Игровое упражнение	
34	Обобщение	1		

#### Использованная литература

- «Подвижные Игры» Автор: Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А., НЦ ЭНАС 2012г.
- «Подвижные игры», Жуков М.Н., – М., 2015
- «Спортивные игры», Железняк М.Н., – М.,