



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ  
Республики**  
Министерство образования и науки Республики  
Управление образование Исполнительного комитета Кукморского  
МБОУ «СОШ с. Ядыгер»

**«Рассмотрено»**

Руководитель МО художественно-

Заместитель директора по УР  
эстетического цикла

  
R.H. Гильмуллина

Протокол №1, 15.08.2023 г.

**«Согласовано»**

Заместитель директора по УР  
Г.М. Габбасова

  
Г.М. Габбасова

15.08.2023 г.

  
T.P.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета -

«Подвижные игры» для 3 класса  
2023-2024 учебный год

Составитель: Хаимова  
учитель физической

Кукмор 2023 г

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 3 класса разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ МО РФ № 373 от 6 октября 2009г. "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования") с учетом . Для курса Подвижные игры в 3 классе отводится 1 часа в неделю. Согласно годовому календарному учебному графику школы во 3 классе 34 учебные недели, поэтому рабочая программа предусматривает обучение в объеме 34 часов в год. Продолжительность занятий 45 минут.

Данная программа имеет спортивно-оздоровительное направление и ориентирована на учащихся 3 класса.

Данная программа имеет спортивно-оздоровительное направление и ориентирована на учащихся 3 класса.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих четвероклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала. Игра с давних пор была неотъемлемой частью жизни человека, использовалась с целью воспитания и физического развития подрастающего поколения.

Игра – важнейшая сфера жизнедеятельности ребёнка. Одно из основных преимуществ игровой деятельности состоит в том, что в игру ребёнок всегда вступает добровольно. Заставить играть нельзя. А вот для педагога самое главное дать детям возможность раскрыть себя,

реализовать свои силы, проявить самостоятельность в действиях и поступках, познать преимущества совместной деятельности. Современные дети мало двигаются, меньше, чем раньше, играют в подвижные игры из-за привязанности к телевизору и компьютерным играм.

**Подвижные игры** – это хороший активный отдых после длительной умственной деятельности, поэтому они уместны по окончании уроков. У каждого народа есть свои, национальные игры, которые в процессе развития общества претерпели изменения, обогатились новым содержанием,

потеряли свою изначальную специфичность.

**Народные подвижные игры**, наряду с другими воспитательными средствами представляют собой основу формирования гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Они образуют фундамент для развития нравственных чувств младших школьников, осознания и дальнейшего проявления их в общественно - полезной и творческой деятельности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

**Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

- ✓ укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- ✓ развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- ✓ развитие сообразительности, творческого воображения;
- ✓ развитие коммуникативных умений;
- ✓ воспитание внимания, культуры поведения;
- ✓ создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- ✓ обучить умению работать индивидуально и в группе,
- ✓ развить природные задатки и способности детей;
- ✓ развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.

✓ развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

Занятия проводятся в формах, отличных от классно-урочной: групповые занятия, соревнования.

Ведущей формой организации обучения является **групповая**.

### **Приёмы и методы**

- 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.

### **Педагогические технологии**

#### **Игровая технология**

Игра наряду с трудом и ученым - один из основных видов деятельности человека, удивительный феномен нашего существования.

По определению, игра - это вид деятельности в условиях ситуаций, направленных на воссоздание и усвоение общественного опыта, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением.

**Здоровьесберегающие технологии.** Использование данных технологий позволяют равномерно во время урока распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с физкультминутками, определять время подачи сложного учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных работ, нормативно применять ТСО, что дает положительные результаты в обучении.

## **ПЛАНИРОВАНИЕ 3 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы			
		Всего	Контрольные работы	Практические работы				
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>								
1.1	Знания о физической культуре	0,5	0	0,5	<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="http://www.gto.ru/">http://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>			
Итого по разделу		0,5						
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>								
2.1	Физическое развитие и его измерение	0.25	0	0.25	<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="http://www.gto.ru/">http://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>			
Итого по разделу		0.25						
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>								
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>								
1.1	Занятия по укреплению здоровья	0,25	0	0,25	<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a>			
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1	0	1	<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a>			
Итого по разделу		1,25						
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>								
2.1	Подвижные игры	32	1	31	<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>			

Итого по разделу	32			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	1	33	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	ТБ. Игра «Челнок».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu">https://resh.edu</a> .
2	Игра «Змейка».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu">https://resh.edu</a> .
3	Игра «Филин и пташки»	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu">https://resh.edu</a> .
4	Игра «Круговые пятнашки»	1	0.25	0.75		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu">https://resh.edu</a> .
5	Игра «Много троих, хватит двоих»	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu">https://resh.edu</a> .
6	Игра «Свечи ставить»	1	0.25	0.75		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> , edsoo.ru

7	Игра «Мячик кверху».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> , edsoo.ru
8	Игра «Летучий мяч».	1	0.25	0.75		<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> , edsoo.ru <a href="http://www.gto.ru/">http://www.gto.ru/</a>
9	Игра «Защищай город».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> , edsoo.ru
10	Игра «Попади в цель».	1	0.25	0.75		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> , edsoo.ru <a href="http://www.gto.ru/">http://www.gto.ru/</a>
11	Игра «Дедушка – рожок».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru/</a>
12	Игра «Воробушки и кот».	1	0.25	0.75		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> , edsoo.ru
13	Игра «Переселение лягушек».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> , edsoo.ru <a href="http://www.gto.ru/">http://www.gto.ru/</a>
14	Игра «Борьба за прыжки».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> , edsoo.ru
15	Игра «Кто первый?».	1	0.25	0.75		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> , edsoo.ru

16	Игра «Перемена мест».	1	0,25	0,75		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> , edsoo.ru
17	Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
18	Игра « Море волнуется».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
19	Игра «Колечко».	1	0.25	0.75		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
20	Игра «Краски».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
21	Игра «Перемена мест»	1	0.25	0.75		<a href="http://www.gto.ru/">http://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
22	Игра «Строим крепость».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
23	Игра «Меткий стрелок».	1	0.25	0.75		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="http://www.gto.ru/">http://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

24	Игра «Лепим снеговика».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
25	Эстафеты «Передал – садись»	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
26	Игра «Скалка под ногами».	1	0.25	0.75		<a href="http://www.gto.ru/">http://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
27	Эстафета «Вызов номеров».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="http://www.gto.ru/">http://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
28	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
29	Эстафета «Ведерко с водой», «Нитки наматывать».	1	0.25	0.75		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
30	Эстафета «Кати большой мяч впереди себя».	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
31	Игра «Гуси - лебеди»	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
32	Игра "Горелки".	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
33	Игра «Мотальщицы»	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

34	Игра "Мишени".	1	0	1		<a href="http://fizkulturavshkole.ru/">http://fizkulturavshkole.ru/</a> <a href="https://spo.1september.ru/">https://spo.1september.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
----	----------------	---	---	---	--	---

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА  
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

• Физическая культура, 1-4 классы/ Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

<https://rosuchebnik.ru/material/fizicheskaya-kultura-programmno-metodicheskoesoprovozhdenie/>

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ  
ИНТЕРНЕТ**

<http://fizkulturavshkole.ru/> <https://spo.1september>