

ЧАСТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЧОУ БУДУЩЕГО»
394005, г. Воронеж, ул. Владимира Невского, д. 48, ком. 2,
сайт <https://www.shbvrn.ru/>, E-mail info@shbvrn.ru,
ОГРН 1193600000923, ИНН 3662278155, тел.: 8(473)295-89-12

Принято

Педагогическим советом ЧОУ

Протокол № 1

от 25.08.2025 г.

Утверждаю

Директор ЧОУ «ЧОУ будущего»

Петросян А.Р.

Приказ № 2-25

от 28.08.2025 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры» для обучающихся 1-4 классов

Составитель:
Гайнзе Л.А, учитель
начальных классов

г. Воронеж
2025 г.

1. КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс (33 часа)

№ п/п	Дата	Тема занятия	Виды деятельности	Кол-во часов	
1		Беседа по т.б., знакомство с правилами подвижных игр	Знакомство (Правила поведения, командных действий закрепление навыков игры)	1	
2		Подвижные игры «Часы пробили...», «Разведчики»		1	
3		Красивая осанка. Подвижные игры «Хвостики», «Запрещённое движение»		1	
4		Учись быстроте и ловкости. Подвижные игры «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный»	Лёгкая атлетика (Закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков, метаний, способностей к ориентированию в пространстве)	1	
5		Сила нужна каждому. Подвижные игры «Быстрая тройка»		1	
6		Ловкий. Гибкий. Подвижные игры «Медведь спит, «Весёлая скакалка»		1	
7		Весёлая скакалка. Подвижная игра «Очистить свой сад от камней»,		1	
8		Сила нужна каждому. Подвижные игры «Командные салки», «Сокол и голуби»		1	
9		Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики»		1	
10		Кто быстрее?		1	
11		Скакалочка - выручалочка. Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»		1	
12		Подвижная игра «Лиса и цыплята»		Спортивные игры (Навыки держания, ловли, передачи, броска мяча)	1
13		«Старт после броска», «Играй-играй, мяч не теряй».			1
14		Подвижные игры «Охотники и дичь», «Сумей догнать»	1		
15		Ловкая и коварная гимнастическая палка, «Гонка с обручем»	Гимнастика (развитие способностей к дифференцированию параметров движения, ориентированию в пространстве)	1	
16		Подвижная игра «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч»		1	
17		Развиваем точность движений. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот».		1	
18		Горка зовёт. Подвижные игры «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик».	Лыжный спорт (Комплексное развитие координационных способностей)	1	
19		Зимнее солнышко. Подвижные игры «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик».		1	
20		Зимнее солнышко. Подвижная игра «Кто быстрее приготовиться».		1	
21		Штурм высоты.		1	

22		Подвижная игра «Салки»		1
23		Закрепление. «Салки» и др. по выбору учащихся.		1
24		Мы строим крепость. Подвижная игра «Мороз – Красный нос». Игры по желанию учащихся.		1
25		Круговая эстафета.		1
26		«Погоня», «Снайперы»	Лёгкая атлетика, Элементы спортивных игр (Закрепление навыков игры, скоростных, кондиционных способностей, навыков владения мячом, умений играть в команде)	1
27		Удивительная пальчиковая гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч».		1
28		Развитие скоростных качеств. Подвижные игры «Быстро в строй», командные «колдунчики».		1
29		Развитие выносливости. Подвижные игры «мяч капитану», «Бездомный заяц», «Охотники и утки».		1
30		Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг».		1
31		Прыжок за прыжком.		1
32		Мир движений и здоровья. Подвижные игры «Гонка мячей», «Падающая палка».		1
33		Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. Подвижные игры «Точный поворот», «Третий лишний». «Передал - садись».		1

2 класс (34 часа)

№ п/п	Дата	Тема занятия	Виды деятельности	Кол-во часов
1		Беседа по Т.Б. знакомство с правилами подвижных игр.	Знакомство (Правила поведения, закрепление навыков игры)	1
2		Подвижная игра «Часы пробили...».		1
3		Подвижные игры «Хвостики», «Запрещённое движение».		1
4		Подвижные игры «Пятнашки», «Охотники и утки».	Лёгкая атлетика (Закрепление навыков бега, прыжков, метаний, способностей к ориентированию в пространстве)	1
5		Подвижная игра «Быстрая тройка».		1
6		Подвижные игры «Медведь спит, «Весёлая скакалка».		1
7		Подвижная игра «Очистить свой сад от камней».		1
8		Подвижные игры «Командные салки», «Сокол и голуби».		1
9		Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики».		1
10		Подвижная игра «Кто быстрее?».		1
11		Подвижные игры «Ноги выше от земли»,		1

		«Выбегай из круга».			
12		Подвижная игра «Лиса и цыплята с волейбольным мячом».	Подвижные игры, подводящие к пионерболу (Навыки закрепления ловли, передачи, броска мяча)	1	
13		«Старт после броска», «Играй-играй, мяч не теряй».		1	
14		Подвижные игры «Охотники и утки с мячами», «Регби».		1	
15		Ловкая и коварная гимнастическая палка, «Гонка с обручем».	Гимнастика (развитие способностей к дифференцированию параметров движения, ориентированию в пространстве)	1	
16		Подвижные игры «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч».		1	
17		Развиваем точность движений. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель».		1	
18		Подвижные игры «Караси и Щука», «Веер» с баскетбольными мячами.	Игровые упражнения с волейбольными и баскетбольными мячами	1	
19		Игровые и соревновательные упражнения с мячами.		1	
20		Игровые и соревновательные упражнения с мячами.		1	
21		Подвижная игра «Регби».		1	
22		Подвижная игра «Братишки спаси».		1	
23		Закрепление навыков ведения. «Салки с мячами» и др. по выбору учащихся.		1	
24		Подвижная игра «Простой пионербол».		1	
25		Круговая эстафета с баскетбольными и волейбольными мячами.		1	
26		Подвижные игры «Погоня», «Снайперы».		Лёгкая атлетика, Элементы спортивных игр (Закрепление навыков игры, скоростных, координационных способностей, навыков владения мячом, умений играть в команде)	1
27		Удивительная гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч».			1
28		Развитие скоростных качеств. Подвижные игры «Быстро в строй», командные эстафеты.	1		
29		Развитие быстроты. Подвижные игры «мяч капитану», «Бездомный заяц», «Охотники и утки».	1		
30		Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг».	1		
31		Подвижная игра «Прыжок за прыжком».	1		
32		Подвижные игры «Гонка мячей», «Падающая палка».	1		
33		Подвижные игры «Точный поворот», «Третий лишний». «Передал - садись».	1		
34		Подвижные игры «Третий лишний», «Передал - садись».	1		

34 часа (1 раз в неделю) + 34 часа в течение года в ГПД и каникулярные дни

№ п/п	Дата	Тема занятия	Виды деятельности	Кол-во часов
1		Беседа по т.б., знакомство с правилами подвижных игр.	Раздел № 1 на всех занятиях:	1
2		Подвижные игры «Часы пробили...», «Разведчики»	Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности.	1
3		<i>Игры на развитие ловкости:</i> «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д		Раздел № 2
4		<i>Игры на развитие внимания:</i> «Воробьи- вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы»		Подвижные игры без мячей (Правила поведения, командных действий)
5		<i>Игры на координацию движений:</i> «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов»	закрепление навыков игры)	1
6		<i>Игры на координацию движений:</i> «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты»,	Раздел № 1 на всех занятиях.	1
7		<i>Игры на развитие ловкости:</i> «Попади в мишень», «Зевака», «Квач».		1
8		<i>Игры на развитие ловкости:</i> «Падающая палка», «Гуси», «Горелка»	Раздел № 2 Подвижные игры без мячей	1
9		<i>Игры на развитие ловкости:</i> «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д		1
10		<i>Игры на развитие внимания:</i> «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка» и т.д.		1
11		Скакалочка - выручалочка. Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»		1
12		Подвижная игра «Лиса и цыплята»		1
13		Игра «Бомбардировка» , «Перестрелка»	Раздел № 1 на всех занятиях:	1
14		Подвижные игры «Охотники и утки», «Сумей догнать»	Раздел № 4	1
15		Игры «Братишка спаси», «Перестрелка»	Спортивные игры	1
			(Навыки держания, ловли, передачи, броска мяча)	

16		Игра «Пионербол»	Раздел № 4 Спортивные игры	1
17		Игра «Пионербол»	Раздел № 1 на всех занятиях: техника безопасности, техника ловли, передачи мяча Раздел № 4 Спортивные игры (Правила игры, подачи, прием мяча, тактика нападения и защиты)	1
18		Игра «Пионербол»		1
19		Игра «Пионербол»		1
20		Игра «Пионербол»		1
21		Игра «Пионербол»		1
22		Игра «Пионербол»		1
23		Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями		Раздел № 3 Эстафеты
24		Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.	1	
25		Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	1	
26		Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.	1	
27		Игра «Пионербол»	Раздел № 1 на всех занятиях: техника безопасности, техника ловли, передачи мяча Раздел № 4 Спортивные игры (Правила игры, подачи, прием мяча, тактика нападения и защиты)	1
28		Игра «Пионербол»		1
29		Игра «Бомбардировка» , «Перестрелка»		1
30		Игра «Пионербол»		1
31		Игра «Пионербол»		1
32		Игра «Бомбардировка» , «Перестрелка»		1
33		Игра «Пионербол»		1
34		Игра «Пионербол»		1
Итого:				34 часа

**Календарно-тематическое планирование в течение года
в ГПД и каникулярные дни**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Виды деятельности	Кол-во часов	
1.	сентябрь	Всероссийский день бега «Кросс-наций»	Раздел № 6 Соревнования	3	
2.	октябрь	Дистанционная олимпиада по физической культуре «Инфоурок»	Раздел № 5 олимпиада	2	
3.	ноябрь каникулы	Соревнования среди 3-х классов «Веселые старты»	Раздел № 6 Соревнования	2	
4.	ноябрь каникулы	Соревнования среди 3-х классов «Перестрелка»	Раздел № 6 Соревнования	3	
5.	январь	Экскурсия на лыжную базу Березка. Прогулка на лыжах, знакомство с тренерами по лыжным гонкам. Соревнования на лыжах.		3	
6.	февраль	Всероссийская лыжная гонка «Лыжня - России»		3	
7.	март каникулы	Соревнования среди 3-х классов по «Плаванию», соревнования в гимназии №1		2	
8.	март каникулы	Соревнования среди 3-х классов по «Пионерболу»		3	
9.	март каникулы	Подвижные игры с мячом.		3	
10.	март каникулы	Соревнования среди 3-х классов «Полоса препятствий»		3	
11.	март каникулы	Соревнования среди 3-х классов «Меткий стрелок»		3	
12.	март	Дистанционная олимпиада по физической культуре «Инфоурок»		Раздел № 5 олимпиада	2
13.	май	Соревнования среди 3-х классов «Быстрее, выше, сильнее»		Раздел № 6 Соревнования	2
Итого:				34 часа	

4 класс (34 часа)

№	дата	Содержание учебного материала	Количество часов
1		Инструкция по технике безопасности Подвижные игры: «Вышибалы», «Мяч вверх» Тестирование.	1
2		Комплекс ОРУ№1(с мячами). Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	1
3		Комплекс ОРУ№1(с мячами). Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	1
4-5		Комплекс ОРУ№1(с мячами). Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	2
6		Комплекс ОРУ№1(с мячами). Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой. Основы знаний о физкультуре и спорте	1
7		Комплекс ОРУ№2.(С мячами) Приёмы: низкий, высокий. Подачи. Прыжки со скакалкой. Пионербол	1
8-9		Комплекс ОРУ№2.(С мячами) Приёмы: низкий, высокий. Подачи. Прыжки со скакалкой. Пионербол	2
10-11		Комплекс ОРУ №3. Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол	2
12-13		Комплекс ОРУ №3. Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол	2
14-15		Комплекс ОРУ №3. Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол	2
16-17		Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	2
18-19		Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	2
20-21		Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	2
22-23		Комплекс ОРУ №4. Правила формирования команд. Виды подач. Пионербол.	2
24-25		Подготовка к турниру. Комплекс ОРУ№5 Формирование команд. Пионербол. Инструкция по технике безопасности	2
26		Подготовка к турниру. Комплекс ОРУ№5 Формирование команд. Пионербол. Инструкция по технике безопасности	1
27-30		Турнир по пионерболу	4
31		Комплекс ОРУ№5. Техника атаки. Пионербол. Игра «Мяч вверх»	1

32		Комплекс ОРУ №5. Техника атаки. Пионербол. Игра «Мяч вверх»	1
33		Комплекс ОРУ №6 .Пионербол с блокированием. Игра «Собачки»	1
34		Комплекс ОРУ №6 .Пионербол с блокированием. Игра «Собачки»	1

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. - М.: Медицина, 2006.
2. Былеев Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. М. Физкультура и спорт, 1982 год.6. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе, 2004 год.
3. Волкова Л.М. Влияние упражнений разной направленности на развитие физических качеств младших школьников. - М.: АСТ, 2003.
4. Двигательные качества и моторика их развития у младших школьников. / Сост. Н.А. Ноткина. - СПб: Образование, 2003.
5. Кабанов Ю.М. Методика развития равновесия у детей школьного возраста. - Минск, 2002.
6. Ковалько В.И. Методические рекомендации по физической культуре 1 – 4 класс, 2005 год.
7. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 1 класс: Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. – М.: ВАКО, 2008.
8. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 2 класс: Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. – М.: ВАКО, 2008.
9. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 3 класс: Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. – М.: ВАКО, 2008.
10. Самборский А.Г., Никифоров А.А. Совершенствование системы подготовки учителя физической культуры. Сборник материалов для учителей физической культуры Белгородской области, 2007 год.