

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 1 г. Ивделя

Утверждено

Приказом № 119 от «29» августа 2025года

Директор МАОУ СОШ №1 г. Ивделя

И.В. Сташкова

Подвижные (народные) игры 5-7 класс

Планируемые предметные результаты освоения содержания внеурочной деятельности «Подвижные (народные) игры»

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения курса «Подвижные (народные) игры». Приобретенный опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применить при решении практических задач, связанных с организацией и проведением и самостоятельных занятий.

Предметные результаты, проявляются в разных областях культуры

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию русских народных игр и игр других народов мира о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и др.);
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек;
- формирование навыков систематического наблюдения за своим физическим состоянием, развитием основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, воли.)

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных игровых занятий, доброжелательное и уважительное отношение, независимо от особенностей их здоровья, физической подготовленности;
- умение оказывать помощь обучающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности в полном объеме;
- способность организовывать самостоятельные игровые занятия, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

В области эстетической культуры:

- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки (роста, массы тела и др.), объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями;
- способность использовать полученные знания для формирования культуры движений, координации, пластики;
- освоение правил режима питания, режима дня и режима физических нагрузок для овладения умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.)

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно передавать знания, полученные на занятиях учебного курса грамотно пользоваться полученными

понятиями;

- способность честно осуществлять судейство игр.

В области физической культуры:

- способность регулировать величину спортивной нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей организма.

Личностные:

- формирование основ общекультурной и российской гражданской идентичности как чувства гордости за достижения в мировом и отечественном спорте;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы, стресса устойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Формируемые УУД на занятиях:

- **личностные:** способность к саморазвитию, мотивация к познанию, личностная позиция, российская и гражданская идентичность; ценностные установки, нравственная ориентация, личностная саморефлексия, ценностные установки, нравственная ориентация; извлечение информации, ориентирование в своей системе знаний;
- **регулятивные:** умение понять свои интересы, увидеть задачу, выразить её словесно, соотнесение результата своей деятельности с целью и оценка его, преодоление трудностей, сверяясь с целью и планом, поправляя себя при необходимости, если результат не достигнут; контроль, коррекция, оценка; аргументация своего мнения и позиции в коммуникации; учет разных мнений; использование критериев для обоснования своего суждения;
- **познавательные:** извлечение информации; ориентирование в своей системе знаний; способность к саморазвитию, мотивация к познанию; личностная позиция, российская и гражданская идентичность; анализ, синтез, сравнение, обобщение, аналогия; планирование; целеполагание; умение делать предварительный отбор источников информации для поиска нового знания, добывать новые знания из различных источников, анализировать, обобщать, классифицировать, сравнивать, выделять причины и следствия, преобразовывать информацию из одной формы в другую, выбирая наиболее удобную;
- **коммуникативные:** донесение своей позиции до других, владея приёмами монологической и диалогической речи, понимание позиции других взглядов, интересов, умение договариваться с другими, согласуя с ними свои интересы и взгляды, для того чтобы сделать что-то сообща; планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками.

Содержание учебного курса

Основы знаний о народной подвижной игре. 1 час

Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры. Общее и различие в правилах игр различных народов и народностей России. Понятие правил игры. Выработка правил. Краткая характеристика видов спорта, входящих в игры.

Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Техническая подготовка. Техника движения

её основные показатели. Здоровье и здоровый образ жизни. Режим дня, его основное содержание и правила составления. Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования. Влияние игровых занятий на формирование положительных качеств личности. Общефизическая подготовка

Игры с бегом и перебежками: 12 часов

Подвижная игра «Перебежки с выручкой», подвижная игра «Двенадцать палочек», подвижная игра «Казачи-разбойники», подвижная игра «Ищем палочку», встречная эстафета с бегом, подвижная игра «Третий лишний», подвижная игра «Борьба за знамя».

Игры с мячом: 17 часов

Подвижная игра «Лапта»; подвижная игра «Защищай товарища»; подвижная игра «Выбей из круга»; подвижная игра «Мяч капитану»; подвижная игра «Часовые и разведчики»; подвижная игра «Перестрелка»; подвижная игра «Челнок»; подвижная игра «Горелки».

Игры с прыжками: 4 часа

Подвижная игра «Прыжки через нарты»; подвижная игра «Прыгуны и пятнашки»

Формы организации учебных занятий

Для обучающихся 5 классов основными формами организации занятий служат:

- сюжетно – ролевые игры;
- игровое имитационное моделирование;
- демонстрационные, театрализованные игры;
- игры – конкурсы;
- физические и психологические игры и тренинги;
- интеллектуально – творческие игры;
- социальные игры;
- комплексные игры.

Календарно-тематическое планирование 5 класс

(34 часа в год, 1 час в неделю)

Книга Физическая культура. 5-8 классы. Подвижные игры. Автор Наталья Федорова.

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата
1	Влияние игровых занятий на формирование положительных качеств личности.	1	
2	Правила безопасности и гигиенические требования. Подвижная игра «Перебежки с выручкой»	1	
3	Общее и различие в правилах игр различных народов и народностей России. Подвижная игра «Перебежки с выручкой»	1	
4	Краткая характеристика видов спорта, входящих в игры. Подвижная игра «Двенадцать палочек»	1	
5	Подвижная игра «Двенадцать палочек»	1	
6	Правила игры «Казаки - разбойники». Подвижная игра «Казаки-разбойники»	1	
7	Подвижная игра «Казаки-разбойники»	1	
8	Подвижная игра «Ищем палочку»	1	
9	Подвижная игра «Ищем палочку»	1	
10	Влияние игровых занятий на формирование положительных качеств личности. Встречная эстафета с бегом	1	
11	Подвижная игра «Третий лишний»	1	
12	Подвижная игра «Борьба за знамя»	1	
13	Подвижная игра «Борьба за знамя»	1	
14	Подвижная игра «Лапта»	1	
15	Подвижная игра «Лапта»	1	
16	Подвижная игра «Защищай товарища»	1	
17	Подвижная игра «Защищай товарища»	1	
18	Подвижная игра «Выбей из круга»	1	
19	Подвижная игра «Выбей из круга»	1	

20	Подвижная игра «Мяч капитану»	1	
21	Подвижная игра «Мяч капитану»	1	
22	Подвижная игра «Часовые и разведчики»	1	
23	Подвижная игра «Часовые и разведчики»	1	
24	Подвижная игра «Перестрелка»	1	
25	Подвижная игра «Перестрелка»	1	
26	Подвижная игра «Челнок»	1	
27	Подвижная игра «Челнок»	1	
28	Подвижная игра «Горелки»	1	
29	Подвижная игра «Горелки»	1	
30	Подвижная игра «Прыжки через нарты»	1	
31	Подвижная игра «Прыжки через нарты»	1	
32	Подвижная игра «Прыгуны и пятнашки»	1	
33	Подвижная игра «Прыгуны и пятнашки»	1	
34	Подвижная игра «Перестрелка»	1	
Итого :		34	

**Календарно-тематическое планирование 6 класс
(34 часа в год, 1 час в неделю)**

Книга Физическая культура. 5-8 классы. Подвижные игры. Автор Наталья Федорова.

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата
1	Влияние игровых занятий на формирование положительных качеств личности.	1	
2	Правила безопасности и гигиенические требования. Подвижная игра «Перебежки с выручкой»	1	
3	Общее и различие в правилах игр различных народов и народностей России. Подвижная игра «Перебежки с выручкой»	1	
4	Краткая характеристика видов спорта, входящих в игры. Подвижная игра «Двенадцать палочек»	1	
5	Подвижная игра «Двенадцать палочек»	1	
6	Правила игры «Казаки - разбойники». Подвижная игра «Казаки-	1	

	разбойники»		
7	Подвижная игра «Казачи-разбойники»	1	
8	Подвижная игра «Ищем палочку»	1	
9	Подвижная игра «Ищем палочку»	1	
10	Влияние игровых занятий на формирование положительных качеств личности. Встречная эстафета с бегом	1	
11	Подвижная игра «Третий лишний»	1	
12	Подвижная игра «Борьба за знамя»	1	
13	Подвижная игра «Борьба за знамя»	1	
14	Подвижная игра «Лапта»	1	
15	Подвижная игра «Лапта»	1	
16	Подвижная игра «Защищай товарища»	1	
17	Подвижная игра «Защищай товарища»	1	
18	Подвижная игра «Выбей из круга»	1	
19	Подвижная игра «Выбей из круга»	1	
20	Подвижная игра «Мяч капитану»	1	
21	Подвижная игра «Мяч капитану»	1	
22	Подвижная игра «Часовые и разведчики»	1	
23	Подвижная игра «Часовые и разведчики»	1	
24	Подвижная игра «Перестрелка»	1	
25	Подвижная игра «Перестрелка»	1	
26	Подвижная игра «Челнок»	1	
27	Подвижная игра «Челнок»	1	
28	Подвижная игра «Горелки»	1	
29	Подвижная игра «Горелки»	1	
30	Подвижная игра «Прыжки через нарты»	1	
31	Подвижная игра «Прыжки через нарты»	1	
32	Подвижная игра «Прыгуны и пятнашки»	1	
33	Подвижная игра «Прыгуны и пятнашки»	1	
34	Подвижная игра «Перестрелка»	1	
Итого :		34	

**Календарно-тематическое планирование 7 класс
(34 часа в год, 1 час в неделю)**

Книга Физическая культура. 5-8 классы. Подвижные игры. Автор Наталья Федорова.

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата
1	Влияние игровых занятий на формирование положительных качеств личности.	1	
2	Правила безопасности и гигиенические требования. Подвижная игра «Перебежки с выручкой»	1	
3	Общее и различие в правилах игр различных народов и народностей России. Подвижная игра «Перебежки с выручкой»	1	
4	Краткая характеристика видов спорта, входящих в игры. Подвижная игра «Двенадцать палочек»	1	
5	Подвижная игра «Двенадцать палочек»	1	
6	Правила игры «Казаки - разбойники». Подвижная игра «Казаки-разбойники»	1	
7	Подвижная игра «Казаки-разбойники»	1	
8	Подвижная игра «Ищем палочку»	1	
9	Подвижная игра «Ищем палочку»	1	
10	Влияние игровых занятий на формирование положительных качеств личности. Встречная эстафета с бегом	1	
11	Подвижная игра «Третий лишний»	1	
12	Подвижная игра «Борьба за знамя»	1	
13	Подвижная игра «Борьба за знамя»	1	
14	Подвижная игра «Лапта»	1	
15	Подвижная игра «Лапта»	1	
16	Подвижная игра «Защищай товарища»	1	
17	Подвижная игра «Защищай товарища»	1	
18	Подвижная игра «Выбей из круга»	1	

19	Подвижная игра «Выбей из круга»	1	
20	Подвижная игра «Мяч капитану»	1	
21	Подвижная игра «Мяч капитану»	1	
22	Подвижная игра «Часовые и разведчики»	1	
23	Подвижная игра «Часовые и разведчики»	1	
24	Подвижная игра «Перестрелка»	1	
25	Подвижная игра «Перестрелка»	1	
26	Подвижная игра «Челнок»	1	
27	Подвижная игра «Челнок»	1	
28	Подвижная игра «Горелки»	1	
29	Подвижная игра «Горелки»	1	
30	Подвижная игра «Прыжки через нарты»	1	
31	Подвижная игра «Прыжки через нарты»	1	
32	Подвижная игра «Прыгуны и пятнашки»	1	
33	Подвижная игра «Прыгуны и пятнашки»	1	
34	Подвижная игра «Перестрелка»	1	
Итого:		34	