

**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа
имени дважды Героя Советского Союза А.А. Губарева
с. Гвардейцы муниципального района Борский Самарской области**

Рассмотрено:
на заседании педагогического
совета

Протокол №1
от «31» августа 2026 г.

Проверено:
Ответственный за учебную
работу

Л.А. Гусейнова
от «31» августа 2026 г.

Утверждено:
Директор ГБОУ ООШ
с.Гвардейцы

Е.Ю. Кочеткова
Приказ №33-од
от «36» августа 2026 г.

**Рабочая программа
по спортивно-оздоровительному направлению
внеурочной деятельности
«Подвижные игры народов России»
для 4 класса**

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры народов России» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ ООШ с.Гвардейцы на 2026-2027 учебный год. Программа рассчитана на один год обучения. На реализацию курса в 4 классе отводится 1 час в неделю (34 часа в год).

Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности «Подвижные игры народов России»

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих компетенций:

Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Программа внеурочной деятельности «Подвижные игры народов России» носит комплексный характер, что отражено в метапредметных связях с такими учебными дисциплинами как: окружающий мир, технология, изобразительное искусство, физическая культура, музыка.

Метапредметные связи программы «Подвижные игры народов России»

Предмет	Интеграция с другими науками	Содержание программы
Окружающий мир	Организм человека. Опора тела и движение. Наше питание.	Осанка – это красиво. Умеем ли мы питаться.
Технология	От замысла к результату. Технологические операции.	Правильное питание.

Изобразительное искусство	Мир фантазии.	Мир эмоций и чувств. Выставка рисунков.
Физическая культура	Отличие физических упражнений от обыденных. Эстафеты по преодолению препятствий.	Зачем нужна зарядка по утрам? Разучиваем комплекс утренней зарядки.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

Определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя.

Проговаривать последовательность действий на занятии.

Учить высказывать своё предположение (версию), учить работать по предложенному учителем плану.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

Познавательные УУД:

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую.

Коммуникативные УУД:

Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

Слушать и понимать речь других.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Привлечение родителей к совместной деятельности.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

умение систематически наблюдать за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

Компетенции, которые должны освоить занимающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности.

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ;
- определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;

- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

Содержание, формы организации.

***Основные формы работы:** подвижная игра, спортивные соревнования, обязательный инструктаж по технике безопасности*

1 раздел. Вводное занятие. Здоровый образ жизни. Беседы о безопасном поведении в школе - **1 час**

2 раздел. Игры разных народов - 32 часа:

- **Азербайджан** - «Палочка – выручалочка» (Чопу дакыт), «Чёрный паша» (Гара паша)
- **Армении** - «Три камня» (Ярем кар), «Семь камней» (Еот кар)
- **Белоруссии** - «Прела – горела» (Прэла-гарэла), «Посадка картошки» (Посадка бульбы), «Охотники и утки» (Паляуничы и качки)
- **Грузии** - «Игра в колокол» (Заробана), «Игра с прутиками» (Сахребоба), «Метание копья» (Исиди), «Плоский камень и мяч» (Белабурти)
- **Дагестана** - «Выбей из круга» (Дёгерекден чыгъар)
- **Калмыкии** - «Забрасывание белого мяча» (Цаган монда хаялган)
- **Карелии** - «Пятнашки на санках» (Реги гипнаил), «Я есть!» (Оленпа!)
- **Осетии** - «Перетягивание» (Банданай хъяст)
- **Сибири и Дальнего Востока** - «Тройной прыжок», «Охота на волка», «Катание мяча» (Мече дене модмаш)
- **Таджикистана** - «Охота на куропаток» (Кабк шикор), «Сбор тюльпанов» (Лолачинакон)
- **Татарстана** - «Спутанные кони» (Тышаулы атлар), «Мяч по кругу» (Теенчек уены)
- **Туркмении** - «Вызов» (Уруп кашды), «Попробуй достань!» (Яглыга товусмак!), «Хромая курица» (Агсак тонук), «Скачки» (Ат чапыш), «Собери яблоки» (Йыгна алмалары)

- **Украины** - «Печки» (Пички)
- **Эстонии** - «Море волнуется» (Козе), «Король мавров» (Рапла)
- **Якутии** - «Перетягивание» (Быа тардыпыта)

3 раздел. Итоговое занятие. Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника - **1 час**

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1
2	«Игра в колокол» (Заробана) - Грузия	1
3	«Чёрный паша» (Гара паша) - Азербайджан	1
4	«Прела – горела» (Прэла-гарэла) - Белоруссия	1
5	«Пятнашки на санках» (Реги гипнаил) - Карелия	1
6	«Посадка картошки» (Посадка бульбы) - Белоруссия	1
7	«Я есть!» (Оленпа!) - Карелия	1
8	«Море волнуется» (Козе) - Эстония	1
9	«Вызов» (Уруп кашды) - Туркмения	1
10	«Игра с прутиками» (Сахреоба) - Грузия	1
11	«Спутанные кони» (Тышаулы атлар) - Татарстан	1
12	«Тройной прыжок» - Сибирь и Дальний Восток	1
13	«Попробуй достань!» (Яглыга товусмак!) - Туркмения	1
14	«Хромая курица» (Агсак тонук) - Туркмения	1
15	«Скачки» (Ат чапыш) - Туркмения	1
16	«Метание копья» (Исиди) - Грузия	1
17	«Охотники и утки» (Паляуничы и качки) - Белоруссия	1
18	«Охота на волка» - Сибирь и Дальний Восток	1
19	«Собери яблоки» (Йыгна алмалары) - Туркмения	1
20	«Выбей из круга» (Дёгерекден чыгъар) - Дагестан	1
21	«Плоский камень и мяч» (Белабурти) - Грузия	1
22	«Мяч по кругу» (Теенчек уены) - Татарстан	1
23	«Три камня» (Ярем кар) - Армения	1
24	«Охота на куропаток» (Кабк шикор) - Таджикистан	1
25	«Палочка – выручалочка» (Чопу дакыт) - Азербайджан	1

26	«Семь камней» (Еот кар) - Армения	1
27	«Печки» (Пички) - Украина	1
28	«Забрасывание белого мяча» (Цаган монда хаялган) – Калмыкия	1
29	«Катание мяча» (Мече дене модмаш) – Мари Эл	1
30	«Перетягивание» (Банданай хъяст) - Осетия	1
31	«Перетягивание» (Быа тардыпыта) - Якутия	1
32	«Сбор тюльпанов» (Лолачинакон) - Таджикистан	1
33	«Король мавров» (Рапла) - Эстония	1
34	Итоговое занятие.	1