

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города
Москвы

Центр реабилитации и образования №7

Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы

Рассмотрено

на заседании ШМО

Пр. №1 от 17.07.26г.

Сальникова Н.В.

Согласовано

Зам. директора по УВР

И.В. Рибелка

17 июля 2026г

Утверждаю

Директор ГБОУ ЦРО № 7

С.А. Войтас

17 июля 2026г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Спортивные игры»

для обучающихся 1-4 классов

на 2026-2027 учебный год

Составитель:
Сальникова Н.В.
Петров Д.С.
Сапелкина Н.С.

Истра, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Цель курса:

Целью курса является формирование устойчивого интереса к занятию спортивными играми и здоровому образу жизни, совершенствование навыков разносторонней общефизической подготовленности.

Задачи курса:

- формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащение двигательного опыта школьников новыми двигательными действиями, обучение правильной технике выполнения элементов спортивных игр;
- содействие развитию двигательных способностей;
- воспитание положительных морально-волевых качеств;
- формирование привычек здорового образа жизни.

Рабочая программа учебного курса «Спортивные игры» для 1-4 классов составлена на основе следующих документов: Федерального закона Российской Федерации от 29.12 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статья 12, пункт 4.1), Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (пункт 14), на основе рабочей программы В.И. Ляха «Физическая культура» 5-9 классы (М.: Просвещение, 2016 г); практического пособия для проведения занятий по тэґ-регби и подготовки команды к соревнованиям(под руководством В.Н.Ковтун; Федерация регби России, 2020); основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ ЦРО №7.

Учебный курс «Спортивные игры» для учащихся 1-4 классов ориентирован на создание у обучающихся представления о техники игры в баскетбол, волейбол, футбол, лапту, и другие игры. Высокая степень организации и согласованности действий игроков, многофункциональность игровой деятельности обеспечивает развитие ведущих физических качеств и функциональных систем организма. Преподавание курса включает в себя проведение теоретических и практических занятий, где большее количество времени занимает практическая часть. Теоретическая часть проходит в форме беседы или лекции, практическая часть включает в себя выполнение контрольных нормативов.

2. Место курса в учебном плане:

В соответствии с учебным планом ГБОУ ЦРО №7 на реализацию данного курса в 1-4 классах отводятся 34 часа (1 час в неделю) в каждой параллели классов.

3. Результаты освоения учебного курса в 1-4 классах: личностные, метапредметные и предметные:

Освоение обучающимися учебного курса предполагает следующие результаты:

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности и проявляются в:

- знаниях о основных направлениях развития спортивных игр в обществе, о физической культуре и здоровье как факторов полноценного и всестороннего развития личности;
- способностях организовывать самостоятельные занятия по играм, подбирать комплексы физических упражнений, регулировать физическую нагрузку в зависимости от задач и индивидуальных особенностей организма;
- двигательных навыках и умениях по основным разделам программы, знания истории и развития регби, олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте занятий тэг-регби в организации здорового образа жизни.

Метапредметные результаты проявляются в:

- способах организации и проведения различных форм занятий физической культурой, в их планировании и содержательном наполнении;
- умениях вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих,
- конструктивно разрешать конфликты с учетом интересов сторон и сотрудничества восприятие вида спорта «тэг-регби» как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и асоциального поведения.

Личностные результаты проявляются в:

- осмысленном восприятии всего разнообразия мировоззрения, существующих в современном мире;

- развитии личностной самоидентификации, гуманитарной культуры школьников, их приобщению к ценностям национальной и мировой культуры, усилении мотивации к социальному познанию и творчеству;
- воспитании личностно и общественно востребованных качеств, в том числе гражданственности, толерантности;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий по тэг-регби, с учетом индивидуальных особенностями физического развития и физической подготовленности;
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по тэг-регби;
- умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, а также для достижения личностно-значимых результатов в физическом совершенстве.

Направленность учебного курса «Спортивные игры» для учащихся 1-4 классов развивающая, курс ориентирован на создание у обучающихся представления о данных спортивных играх, направленных на развитие физических качеств и укрепление здоровья.

4. Содержание учебного курса «Спортивные игры» в 1-4 классах

№ п/п	Раздел	Описание	Кол-во часов			
			1	2	3	4
1	Русские народные игры	Знакомство с играми своего народа, историей русской игры.	9 ч	11 ч	10 ч	19 ч
2	Подвижные игры	Подвижные игры на развитие быстроты, для развития мышцы спины, ног, брюшного пресса, развития скоростносиловых качеств. Подвижные игры на развитие выносливости, развитие гибкости.	16 ч	8 ч	-	-
3	Эстафеты	Знакомство с правилами эстафет.	8 ч	8 ч	7 ч	8 ч

4	Игры народов России	Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России.	-	7 ч	17 ч	7 ч
	Итого		33 ч	34 ч	34 ч	34 ч

Поурочно-тематическое планирование 1 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Гуси-лебеди	1
2	У медведя во бору	1
3	Филин и пташки	1
4	Палочка- выручалочка	1
5	Блуждающий мяч	1
6	Классики	1
7	Ловишка в кругу	1
8	Пчелки и ласточки	1
9	К своим флажкам	1
10	Кот идет	1
11	Северный и южный ветер	1
12	Карлики и великаны	1
13	Колдунчики	1
14	Аисты	1
15	Пчелы и медведи	1
16	Хитрая лиса	1
17	Ловишки с приседаниями	1
18	Лягушата и цыплята	1
19	Конники-спортсмены	1
20	Карусель	1
21	Пустое место	1
22	Принеси мяч	1
23	Успей перебежать	1
24	Мышеловка	1
25	Совушка	1
26	Весёлые старты	1
27	С мячом	1
28	На погрузке арбузов	1
29	Собери урожай	1
30	Кто быстрее?	1
31	Туннель	1

32	Переправа с досками	1
33	Соревнования скороходов	1
	Итого	33

2 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Русская народная игра «Жмурки»	1
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1
3	Русская народная игра «Горелки»	1
4	Русская народная игра «Салки»	1
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
7	Русская народная игра «Фанты»	1
8	Русская народная игра «Салки с приседаниями»	1
9	Русская народная игра «Волк»	1
10	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1
11	Русская народная игра «Птицелов»	1
12	Подвижная игра «Совушка»	1
13	Подвижная игра «Мышеловка»	1
14	Подвижная игра «Пустое место»	1
15	Подвижная игра «Карусель»	1
16	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1
17	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1
18	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1
19	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1
20	Эстафета «Передача мяча»	1
21	Эстафета «С мячом»	1
22	Эстафета зверей	1
23	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1
24	Эстафета «Вызов номеров»	1
25	Эстафета по кругу	1
26	Эстафета с обручем	1
27	Эстафета со скакалкой	1
28	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1
29	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1
30	Дагестанские народные игры «Выбей из круга»	1
31	Марийская народная игра «Катание мяча»	1
32	Татарская народная игра «Серый волк»	1
33	Якутские народные игры «Сокол и лиса»	1
34	Чувашская игра «Рыбки»	1
	Итого	34

3 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Русская народная игра «Краски»	1
2	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1
3	Русская народная игра «Ляпка»	1
4	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1
5	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1
6	Дагестанские народные игры «Выбей из круга»	1
7	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	1
8	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»	1
9	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	1
10	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1
11	Марийская народная игра «Катание мяча»	1
12	Татарская народная игра «Серый волк»	1
13	Якутские народные игры «Сокол и лиса»	1
14	Удмуртские народные игры «Водяной»	1
15	Чечено-ингушская игра «Чиж»	1
16	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень»	1
17	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1
18	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»	1
19	Чувашская игра «Рыбки»	1
20	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки»	1
21	Эстафета «Вызов номеров»	1
22	Эстафета по кругу	1
23	Эстафета с обручем	1
24	Эстафета с мячом	1
25	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1
26	Эстафета «Встречная»	1
27	Эстафета «Весёлые старты»	1
28	Русская народная игра «Салки»	1
29	Русская народная игра «Пятнашки»	1
30	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
31	Русская народная игра «Фанты»	1
32	Русская народная игра «Салки с приседаниями»	1
33	Русская народная игра «Третий лишний»	1
34	Русская народная игра «Птицелов»	1
	Итого	34

4 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Русская народная игра «Жмурки»	1
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1

3	Русская народная игра «Горелки»	1
4	Русская народная игра «Салки»	1
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
7	Русская народная игра «Фанты»	1
8	Русская народная игра «Салки с приседаниями»	1
9	Русская народная игра «Волк»	1
10	Русская народная игра «Птицелов»	1
11	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1
12	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1
13	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1
14	Дагестанские народные игры «Выбей из круга»	1
15	Марийская народная игра «Катание мяча»	1
16	Татарская народная игра «Серый волк»	1
17	Якутские народные игры «Сокол и лиса»	1
18	Чувашская игра «Рыбки»	1
19	Эстафета «Передача мяча»	1
20	Эстафета «С мячом»	1
21	Эстафета зверей	1
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1
23	Эстафета «Вызов номеров»	1
24	Эстафета по кругу	1
25	Эстафета с обручем	1
26	Эстафета «Весёлые старты»	1
27	Русская народная игра «Салки»	1
28	Русская народная игра «Пятнашки»	1
29	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
30	Русская народная игра «Краски»	1
31	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1
32	Русская народная игра «Третий лишний»	1
33	Русская народная игра «Пятнашки»	1
34	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
	Итого	34

5. Методическое обеспечение образовательной деятельности.

- 1) Лях В.И., Зданевич А.А.. Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы. - М.: «Просвещение» 2007г.
- 2) Под ред. В.И. Ляха Г. А., Л.Б. Кофмана, Г.Б. Мейксона. Развернутое тематическое планирование по комплексной программе. Физическая культура 1-11 классы. Волгоград 2010г.

3) Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. М.; Просвещение 2006 г.