

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Ростовской области
Управление образования Красносулинского района
МБОУ СОШ № 6

РАССМОТРЕНО
Председатель МО

Чернышева М.Н.
Протокол №1
от «27» августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УМР
МБОУ СОШ №6

Соболева С.В.
«27» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ СОШ №6

Летова Л.Н.
Приказ №184
от «31» августа 2026г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Спортивные игры»
для обучающихся 1 класса

г. Красный Сулин, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса «Спортивные игры» для обучающихся 1 класса составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Учебный курс «Спортивные игры» для обучающихся 1 класса МБОУ СОШ № 6 дополняет учебный предмет «Физическая культура» и является третьим часом физической активности. При создании программы учебного курса «Спортивные игры» учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Программа позволяет применять дифференцированный подход к организации занятий детей с учетом состояния здоровья. Изучение учебного курса «Спортивные игры» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является укрепление и сохранение здоровья школьников, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно - ориентированной направленности и формирование у обучающихся основ здорового образа жизни.

Развивающая ориентация учебного курса «Спортивные игры» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного курса раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы для начального общего образования является системно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания курса «Спортивные игры». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты за первый класс обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств,

методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Формы проведения занятий с обучающимися:

- спортивные игры;
- соревнования;
- спортивные праздники.

Общее количество часов, отведённых на изучение курса «Спортивные игры», в первом классе составляет 33 часа (1 час в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

1 класс

Знания о физической культуре

Общая характеристика физических качеств: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. Развитие игры баскетбол в России. Правила игры. Развитие волейбола в России. Пионербол с элементами игры волейбол. Правила игры.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки. Подвижные игры на развитие физических качеств.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Правила поведения на занятиях, подбора одежды для занятий в спортивном зале. Подвижные игры с элементами спортивных игр. Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения учебного курса «Спортивные игры» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры укрепления и сохранения здоровья, развитию физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладной направленности, формированию основ и соблюдения правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

Познавательные универсальные учебные действия:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного курса «Спортивные игры»: системой знаний,

способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта.

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

- соблюдать правила поведения на занятиях, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному;
- выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью;
- знать упрощенные правила игры в пионербол.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Общая характеристика физических качеств: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. Развитие игры баскетбол в России. Правила игры. Развитие волейбола в России. Пионербол с элементами игры волейбол. Правила игры.	На каждом уроке			https://resh.edu.ru/ http://www.multiurok http://www «ГТО.РУ»
Итого по разделу					
Раздел 2. Легкая атлетика					
2.1	Медленный бег. ОРУ.СУ.	3			https://resh.edu.ru/ http://www.openclass/ru
Итого по разделу		3			
Раздел 3. Подвижные игры на развитие физических качеств.					
3.1	ПИ для развития быстроты и силы.	3			https://resh.edu.ru/ http://www.multiurok
3.2	ПИ для развития выносливости.	3			

3.3	ПИ Для развития ловкости.	3			
3.4	Прыжки через скакалку.	1			
3.5	ПИ для развития гибкости.	3			
3.6	Подвижные игры на внимание.	2			
Итого по разделу		15			
Раздел 4. Подвижные игры с элементами спортивных игр.					
4.1	Передачи и ловли мяча на месте.	2			https://resh.edu.ru/ http://www.multiurok
4.2	Ведение мяча на месте.	2			
4.3	Ведения мяча в шаге.	2			
4.4	Бросок и ловля руками от груди.	2			
4.5	Подвижные игры.	2			
4.6	Эстафеты	2			
4.7	Игра в Пионербол.	3			
Итого по разделу		15			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Спортивные игры, 1а класс, учитель Виденкина И.А.

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольн ые работы	Практич еские работы		
1	Инструктаж по ТБ. Общая характеристика физических качеств. Интеграция с уроком музыки	1			02.09	https://resh.edu.ru/ http://www.multiuro http://www.GTO.RU
2	Передача и ловля мяча на месте. Подвижная игра «Точная передача». Интеграция с уроком музыки	1			09.09	http://www.multiuro
3	Разминочный бег ОРУ. Передача и ловля мяча на месте в парах. Игра «Точная передача». Интеграция с уроком музыки	1			16.09	https://resh.edu.ru/
4	Бег. ОРУ. Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячом. Интеграция с уроком музыки	1			23.09	https://resh.edu.ru/
5	Передача мяча в парах с места и в движении. Игра «Перестрелки». Интеграция с уроком музыки	1			07.10	http://www.multiuro
6	Ведение мяча на месте. Эстафеты. Развитие двигательных качеств. Интеграция с уроком музыки	1			14.10	https://resh.edu.ru/
7	Комбинации передвижений и передач. Игра «Охотники и утки». Интеграция с уроком музыки	1			21.10	http://www.multiuro
8	Эстафеты с элементами баскетбола. Интеграция с уроком математики	1			11.11	https://resh.edu.ru/

9	Ведение мяча на месте. Подвижная игра	1			13.11	http://www.multiuro
10	Техника передвижения с мячом. Подвижная игра.	1			25.11	https://resh.edu.ru/
11	Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра	1			02.12	http://www.multiuro
12	Передача в парах на месте. Подвижные игры	1			09.12	https://resh.edu.ru/
13	Правила игры в Пионербол. Подвижные игры	1			16.12	http://www.multiuro
14	Ведение мяча с разной скоростью. Подвижные игры	1			23.12	https://resh.edu.ru/
15	Развитие двигательных качеств. Подвижные игры	1			30.12	http://www.multiuro
16	Подвижные игры на развитие внимания. Игра «Гонка мяча по кругу».	1			13.01	https://resh.edu.ru/
17	Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	1			20.01	http://www.multiuro
18	Ловля и передача двумя руками от груди. Игра «Мяч на полу».	1			27.01	https://resh.edu.ru/
19	Подвижные игры «Перестрелки». Передачи через волейбольную сетку в парах.	1			03.02	http://www.multiuro
20	Правила игры в пионербол. Подвижные игры	1			10.02	https://resh.edu.ru/
21	Подвижные игры «Пионербол».	1			24.02	http://www.multiuro
22	Подвижные игры «Пионербол», «Передача мяча в колоннах».	1			03.03	https://resh.edu.ru/
23	Эстафеты. Ведение мяча приставными шагами.	1			10.03	http://www.multiuro
24	Передача мяча через сетку. Подвижные игры «Догонялки».	1			17.03	https://resh.edu.ru/

25	Бег. ОРУ. Развитие двигательных качеств.	1			24.03	http://www.multiuro
26	Ловля двумя руками от груди. Подвижная игра «Мяч на полу».	1			07.04	https://resh.edu.ru/
27	Развитие быстроты и силы: Подвижные игры «Догонялки», «Перетягивание в парах».	1			14.04	http://www.multiuro
28	Подвижные игры «Передал-садись», «Два мяча».	1			21.04	https://resh.edu.ru/
29	Эстафета с предметами, встречные эстафеты. Развитие двигательных качеств.	1			28.04	http://www.multiuro
30	Подвижные игры «Не давай мяч водящему», «Третий лишний».	1			05.05	https://resh.edu.ru/
31	Эстафеты. Подвижная игра «Мяч на полу».	1			12.05	http://www.multiuro
32	Эстафета с мячами. Развитие двигательных качеств.	1			19.05	
33	Правила игры в Пионербол. Эстафеты.	1			26.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0	0	33	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Спортивные игры, 1б класс, учитель Семенякина И.А.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Инструктаж по ТБ. Общая характеристика физических качеств.	1			04.09	https://resh.edu.ru/ http://www.multiuro http://www «ГТО.РУ
2	Передача и ловля мяча на месте. Подвижная игра «Точная передача».	1			11.09	http://www.multiuro
3	Разминочный бег ОРУ. Передача и ловля мяча на месте в парах. Игра «Точная передача».	1			18.09	https://resh.edu.ru/
4	Бег. ОРУ. Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами.	1			25.09	https://resh.edu.ru/
5	Передача мяча в парах с места и в движении. Игра «Перестрелки».	1			02.10	http://www.multiuro
6	Ведение мяча на месте. Эстафеты. Развитие двигательных качеств.	1			09.10	https://resh.edu.ru/
7	Комбинации передвижений и передач. Игра «Охотники и утки».	1			16.10	http://www.multiuro
8	Эстафеты с элементами баскетбола.	1			23.10	https://resh.edu.ru/
9	Ведение мяча на месте. Подвижная игра	1			06.11	http://www.multiuro

10	Техника передвижения с мячом. Подвижная игра.	1			13.11	https://resh.edu.ru/
11	Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра	1			20.11	http://www.multiuro
12	Передачи в парах на месте. Подвижные игры	1			27.11	https://resh.edu.ru/
13	Правила игры в Пионербол. Подвижные игры	1			04.12	http://www.multiuro
14	Ведение мяча с разной скоростью. Подвижные игры	1			11.12	https://resh.edu.ru/
15	Развитие двигательных качеств. Подвижные игры	1			18.12	http://www.multiuro
16	Подвижные игры на развитие внимания. Игра «Гонка мяча по кругу».	1			25.12	https://resh.edu.ru/
17	Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	1			15.01	http://www.multiuro
18	Ловля и передача двумя руками от груди. Игра «Мяч на полу».	1			22.01	https://resh.edu.ru/
19	Подвижные игры «Перестрелки». Передачи через волейбольную сетку в парах.	1			29.01	http://www.multiuro
20	Правила игры в пионербол. Подвижные игры	1			05.02	https://resh.edu.ru/
21	Подвижные игры «Пионербол».	1			12.02	http://www.multiuro
22	Подвижные игры «Пионербол», «Передача мяча в колоннах».	1			26.02	https://resh.edu.ru/
23	Эстафеты. Ведение мяча приставными шагами.	1			05.03	http://www.multiuro
24	Передача мяча через сетку. Подвижные игры «Догонялки».	1			12.03	https://resh.edu.ru/

25	Бег. ОРУ. Развитие двигательных качеств.	1			19.03	http://www.multiuro
26	Ловля двумя руками от груди. Подвижная игра «Мяч на полу».	1			26.03	https://resh.edu.ru/
27	Развитие быстроты и силы: Подвижные игры «Догонялки», «Перетягивание в парах».	1			09.04	http://www.multiuro
28	Подвижные игры «Передал-садись», «Два мяча».	1			16.04	https://resh.edu.ru/
29	Эстафета с предметами, встречные эстафеты. Развитие двигательных качеств.	1			23.04	http://www.multiuro
30	Подвижные игры «Недавай мяч водящему», «Третий лишний».	1			30.04	https://resh.edu.ru/
31	Эстафеты. Подвижная игра «Мячна полу».	1			07.05	http://www.multiuro
32	Эстафета с мячами. Развитие двигательных качеств. Эстафеты.	1			14.05	
33	Правила игры в Пионербол.	1			21.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0	0	33	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Абаскалова Н.П. Здоровью надо учить! – Новосибирск, 2000г.
2. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. – 3-е издание.- Кемерово. Кемеровское книжное издательство, 1980 г.
3. Алексеев А.В. Себя преодолеть. – М.: «Физкультура и спорт», 1978г.
4. Баевский Р.М. Измерьте ваше здоровье. – М.: Советская Россия 1990г.
5. Белов В.И. Психология здоровья. - - М.: Респекс, 1994г.
6. Казин Э.М. Адаптация и здоровье. – Кемерово, Кузбассвуиздат, 2003г.
7. Коровина Л. А. Формирование у учащихся основ знаний по физической культуре. – Кемерово, 1999г.
8. Лях В.И. Твой друг – физкультура. 1-4 кл. Просвещение. 2005г.
9. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. – 2-е издание, переработанное и дополненное.- М.: Физкультура и спорт, 2000г.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/>

<http://www.multiuro>

[http://www «ГТО.РУ](http://www.ГТО.РУ)