

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Управление образования Администрации города Ижевска

МБОУ СОШ №55

РАССМОТРЕНО

ШМО кл.рук-лей

Протокол №1

от «27» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет

Протокол №1

От «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ №55

Закирова Л.Ф.

Приказ № 28.08.1 - ОД

от «29» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

для 1–4 -х классов

в 1 классе - 1 час в неделю, общее количество часов в год – 33,
во 2 классе - 1 час в неделю, общее количество часов в год – 34,
в 3 классе - 1 час в неделю, общее количество часов в год – 34,
в 4 классе - 1 час в неделю, общее количество часов в год – 34,
всего – 135 часов.

КУРС ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ» для 1 – 4 классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе:
Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р; СП 2.4.3648-20;
СанПиН 1.2.3685-21;

ООП НОО МБОУ СОШ № 55

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Подвижные игры являются одним из самых массовых и доступных средств физического воспитания детей, начиная с самого раннего возраста.

Игра есть первая деятельность, которой принадлежит большая роль в формировании личности. В играх дети отражают накопленный опыт, углубляют, закрепляют своё представление об изображаемых событиях, о жизни. Ребёнок, как и взрослый, познаёт мир в процессе деятельности. Занятие играми обогащают участников новыми ощущениями, представлениями и понятиями. Игры расширяют круг представлений, развивают наблюдательность, сообразительность, умение анализировать, сопоставлять и обобщать виденное, на основе чего делать выводы из наблюдаемых явлений в окружающей среде. В подвижных играх развиваются способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстро и правильно реагировать на сложившуюся ситуацию в часто меняющейся обстановке игры.

Подвижные игры являются важным средством воспитания. В основе подвижных игр лежат физические упражнения. Благодаря большому разнообразию содержания и игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению специальных задач физического воспитания.

Цель:

формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, обеспечить учащихся комплексом знаний, умений, которые позволят им успешно использовать полученные навыки в повседневной жизнедеятельности.

Задачи:

- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях;

- формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является долгом перед обществом;
- формирование необходимых знаний в области физической культуры; теории и организации подвижных игр
- формирование основных понятий об игровой деятельности, значении игры в жизни человека и месте подвижных игр в педагогической практике;
- умение использовать игру в общеобразовательных и воспитательных целях;
- формирование у учеников интереса и познавательную активность к физической культуре;
- формирование у обучающихся стремления к самостоятельности и творчеству в процессе обучения, обеспечить освоение ими опыта творческой деятельности;
- воспитание у детей высоких нравственных качеств;
- воспитание потребности систематически заниматься физическими упражнениями;
- организация режима дня учащихся;
- воспитывать морально-волевые качества;
- воспитывать культуру здоровья, ответственности личности за свое здоровье и потребности заботиться о нем.
- сохранить (восстановить) душевное здоровье и эмоциональное благополучие детей;
- помочь каждому ребенку реализовать свой творческий потенциал;
- развивать творческую активность учащихся.
- развивать и совершенствовать основные физические качества, двигательные умения и навыки;
- способствовать развитию мелкой моторики, правильной речи;
- развивать интерес к физической культуре и спорту;
- повышение функционального уровня органов и систем организма путем оптимальных физических нагрузок;
- осуществление коррекции имеющихся функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата, нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной и других систем организма;
- повышение физической и умственной работоспособности;
- снижение заболеваемости.

Внеурочный курс относится к направлению «Спортивно-оздоровительная деятельность», рассчитан на 1 час неделю.

Ожидаемые результаты

Личностные результаты

У выпускника будут сформированы:

- способность к оценке своей деятельности;
- основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;

- основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;

- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой.

Выпускник получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательной организации, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;

- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;

- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учета позиций партнеров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;

- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;

- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;

- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь другим и обеспечение их благополучия.

Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;

- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;

- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;

- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

- различать способ и результат действия;

- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и иностранном языках.

Выпускник получит возможность научиться:

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;

- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;

– самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Познавательные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

– осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет;

– осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;

– использовать знаково-символические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные), для решения задач;

– проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;

– строить сообщения в устной и письменной форме;

– ориентироваться на разнообразие способов решения задач;

– основам смыслового восприятия художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из сообщений разных видов (в первую очередь текстов);

– осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;

– осуществлять синтез как составление целого из частей;

– проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям;

– устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;

– строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;

– обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи;

– осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;

– устанавливать аналогии;

– владеть рядом общих приемов решения задач.

Выпускник получит возможность научиться:

– осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;

– записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ;

– создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;

– осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;

– осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

– осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;

– осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;

– строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;

– произвольно и осознанно владеть общими приемами решения задач.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

– адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой

коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнера;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Выпускник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций всех участников;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач, планирования и регуляции своей деятельности.

Предметными результатами

Выпускник научится:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных

действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

— подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

— выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

— применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание программы

1 год обучения

1. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все уроки).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все уроки).

Понятие «игра». Теории возникновения и развития подвижных игр. Признаки игровой деятельности. Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: пришкольная спортивная площадка, спортивный зал. Развитие в играх физических качеств. Классификация подвижных игр.

2 год обучения

1. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все уроки).

Определение ЗОЖ, забота о собственном здоровье и здоровье окружающих.

Формирование полезных привычек на основе сознательного отношения детей к здоровью.

Влияние физических упражнений на организм человека. Необходимость ежедневными занятиями физической культурой. Двигательный режим дня.

2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все уроки).

Понятие «игра». Теории возникновения и развития подвижных игр. Признаки игровой деятельности. Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: пришкольная спортивная площадка, спортивный зал. Развитие в играх физических качеств. Классификация подвижных игр.

3 год обучения

1. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все уроки).

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья и работоспособности. Формирование у обучающихся устойчивых мотиваций на ЗОЖ.

Гигиенические правила при выполнении физических упражнений, правильное дыхание во время выполнения упражнений.

2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все уроки).

Понятие «игра». Теории возникновения и развития подвижных игр. Социальная сущность игры. Отличия и сходство игры и труда. Признаки игровой деятельности. Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: пришкольная спортивная площадка, спортивный зал.

Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорт. Развитие в играх физических качеств. Классификация подвижных игр. Подготовка к проведению игры.

Способы разделения игроков на команды, выбора водящего и капитана. Требования к рассказу и порядок объяснения игры. Организация играющих. Руководство процессом игры. Дозировка и судейство игры. Требования к окончанию игры. Подведение итогов.

4 год обучения

1. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все уроки).

Понимание ответственности каждого за свое здоровье. Правильное дыхание при длительных физических нагрузках. Значение и важность регулярных физических

нагрузок. Правила безопасности при выполнении физических упражнений.

2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все уроки).

Понятие «игра». Теории возникновения и развития подвижных игр. Социальная сущность игры. Отличия и сходство игры и труда. Признаки игровой деятельности. Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: пришкольная спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта. Развитие в играх физических качеств. Классификация подвижных игр. Подготовка к проведению игры. Способы разделения игроков на команды, выбора водящего и капитана. Требования к рассказу и порядок объяснения игры. Организация играющих. Руководство процессом игры. Дозировка и судейство игры. Требования к окончанию игры. Подведение итогов.

Внеурочная деятельность организуется в форме экскурсий, кружковой работы, круглого стола, конференций, диспутов, соревнований, поисковых и научных исследований, общественно полезного практики, бесед, лекций, игр, проектов и других.

Воспитательный потенциал внеурочных занятий

- Установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности
- Побуждение школьников соблюдать на занятии общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации
- Использование воспитательных возможностей содержания внеурочных занятий;
- Применение на уроке интерактивных форм работы учащихся, стимулирующих познавательную мотивацию школьников
- Включение во внеурочные занятия игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия
- Организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками
- Инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников

Тематический план 1 класс

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов
1	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в зале и на улице. Значение ЗОЖ. Понятие «игра». Теории возникновения и развития подвижных игр. «На одной ножке по дорожке», «Ловишки»	1
2	Режим дня, личная гигиена. Салки на одной ноге, «Горелки»	1
3	Правила проведения игр и соревнований «Пустое место», «Жмурки»	1
4	Классификация подвижных игр. «Третий лишний», «Перемени мест»	1
5	«Кто за кругом», «Кошки -мышки»	1
6	«Рыбачок и рыбки», «Совушка»	1
7	«Охотники и утки», «Невод»	1

8	«Колобок», «Берегись, Буратино»	1
9	«Воробьи-попрыгунчики», «Петушки»	1
10	«Олимпийские игры»	1
11	Техника безопасности во время игр. Отказ от вредных привычек «Змейка», «Волк во рву»	1
12	«Белые медведи», «Воробьи-попрыгунчики»	1
13	«Космонавты», салки «Ноги от земли»	1
14	«Два мороза», «Салки-догонялки»	1
15	«Зайцы, сторож и жучка», «Метко в цель»	1
16	Веселые старты «Дочки матери»	2
17		
18	Техника безопасности во время игр. Значение игр. «Зайцы в огороде», «Вызов номеров»	1
19	«Посадка и сбор урожая», «Кто быстрее»	1
20	«Пройди в ворота», салки на лыжах	1
21	«Капкан», «Поймай хвост дракона»	1
22	«Сантики-фантики-лим-по-по», «Сороконожка»	1
23	Зимние забавы «Молодецкие игры»	2
24		
25	«Сороконожка», «Шарик в ладони»	1
26	«Поймай мешок», «Быстро вниз»	1
27	Техника безопасности во время игр. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом «Гонка мячей по кругу», «Пионерский мяч»	1
28	«Караси и щука», «Вызов номеров»	1
29	«Лиса и куры», «Мяч через сетку»	1
30	«Бездомный заяц», «Чехарда»	1
31	«Передал - садись», «Стрелок»	1
32	Малые Олимпийские игры	2
33		

2 класс

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов
1	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в зале и на улице. Значение ЗОЖ. Понятие «игра». Теории возникновения и развития подвижных игр. “Лягушки в болоте”, “Ловля обезьян”	1
2	Забота о собственном здоровье и здоровье окружающих- режим дня, личная гигиена. Салки на одной ноге, «Горелки»	1
3	Правила проведения игр и соревнований «Жмурки» в разных вариантах	1
4	Классификация подвижных игр. «Третий лишний», “Перемени мест”	1
5	«Кто за кругом», «Кошки -мышки»	1

6	“Перекасти мяч”, “Передал - садись”, “Быстро по кругу”	1
7	«Охотники и утки», «Невод»	1
8	“Ястребы и утки”, “Кто лишний”	1
9	Веселые старты	2
10	«Быстрее, Выше, Сильнее»	
11	Техника безопасности во время игр. Отказ от вредных привычек «Змейка», «Волк во рву»	1
12	«Тяни-толкай», «Воробьи-попрыгунчики»	1
13	Формирование полезных привычек на основе сознательного отношения детей к здоровью. «Космонавты», «Мяч среднему»	1
14	“С кочки – на кочку”, “Через ручей”, “Не оставайся на полу”	1
15	«Белые медведи», «Зайцы, сторож и жучка», «Метко в цель»	1
16	Эстафеты «Дочки-матери»	2
17		
18	Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий. Значение игр. «Зайцы в огороде», «Вызов номеров»	1
19	«Посадка и сбор урожая», «Кто быстрее»	1
20	«Пройди в ворота», салки на лыжах	1
21	«Капкан», «Поймай хвост дракона»	1
22	«Сантики-фантики-лим-по-по», «Сороконожка»	1
23	Зимние забавы «Молодецкие игры»	2
24		
25	«Перекасти мяч”, “Передал - беги”, «Шарик в ладони»	1
26	«Поймай мешок», «Быстро вниз»	1
27	Техника безопасности во время игр. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом «Гонка мячей по кругу», «Пионерский мяч»	1
28	Классификация подвижных игр. «Караси и щука», «Вызов номеров»	1
29	«Лиса и куры», «Мяч через сетку»	1
30	«Бездомный заяц», «Чехарда»	1
31	«Минибоулинг», «Городки»	1
32	«Передал - садись», “Гусиный шаг”	1
33	Малые Олимпийские игры	2
34		

3 класс

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов
1	Инструктаж по технике безопасности и правилам	1

	поведения в зале и на улице. «Горелки», «Жмурки»	
2	Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья и работоспособности. «Пять в ряд», «Пустое место», «Третий лишний», «Заяц без дома», «Зеркало»	1
3	Понятие «игра». Теории возникновения и развития подвижных игр. Салки в разных вариантах, «На одной ножке по дорожке»	1
4	Минитурслет	2
5		
6	Способы разделения игроков на команды, выбора водящего и капитана. «Два мороза», «Волк во рву», «Караси и щука», «У медведя во бору», «Пять имен»	1
7	«Светофор», «Кто за кругом», «Мышеловка»	1
8	«Кошки - мышки», «Рыбалов и рыбки», «Рыбак», «Совушка», «Невод»	1
9	Отличия и сходство игры и труда «Вышибалы» «Цепи - кованные»	1
10	Формирование у обучающихся устойчивых мотиваций на ЗОЖ. «Охотники и зайцы», «Медведи и пчёлы» «Лиса и куры», «Запрещённое движение»	1
11	Требования к рассказу и порядок объяснения игры. «Свободное место», «Медвежата на льдине», «Зебра»	1
12	«Бездомный заяц», «Караси и щука», «Стой!», «Охотники и утки» «Космонавты»	1
13	Правила проведения игр и соревнований «11», «Штурм», «Шишки - желуди - орехи»	1
14	«Билияша», «Липкие пеньки», «Маша и Яша»	1
15	Эстафеты «Веселые профессии»	2
16		
17	Гигиенические правила при выполнении физических упражнений, правильное дыхание во время выполнения упражнений. «Зевака», «Часовые и разведчики», «Колесо», «Цепочка»	1
18	Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий «Защита укрепления», «Ловкие и быстрые», «Крепость»	1
19	«Папа, мама, я – спортивная семья»	2
20		
21	«Гонка мячей по кругу», «Сделай фигуру», «Охотники», «Атомы-молекулы», «Пчелка»	1
22	«Белые медведи», «Затейник», «Чемпионы»	1
23	Техника безопасности во время спортивных игр «Перестрелка», «Картошка»,	1

24	Дозировка и судейство игры. Требования к окончанию игры. Подведение итогов «Набивалы»(чеканка), «Игра в одни ворота», «На лучшего вратаря»	1
25	«Мяч через сетку», «Стрелок», «Жонглёры», «Передал - садись»	1
26	«Пионербол», Эстафеты	1
27	«Брось в кольцо», «Баскетбольные салки», «Мяч водящему»	1
28	«Пионербол», «Хоккей»	1
29	«Футбольные вышибалы», «Футбол»	1
30	«Бадминтон», «10 передач», «Вызов номеров», «Круговая лапта»	1
31	«Перестрелка», «33», «Загадка», «Горящий мяч»	1
32	Салки в разных вариантах, «На одной ножке по дорожке»	1
33	Малые Олимпийские игры	2
34		

4 класс

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов
1	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в зале и на улице. Салки в разных вариантах	1
2	Понимание ответственности каждого за свое здоровье «Пустое место», «Третий лишний», «Заяц без дома»	1
3	Понятие «игра». Теории возникновения и развития подвижных игр «Вышибалы» «Цепи - кованные», «Мышеловка»	1
4	Минитурслет	2
5		
6	«Шишки - желуди - орехи», «Штурм», «Подвижная цель»	1
7	«Липкие пеньки», «Вышибалы в квадрате», «Мышки – завитушки»»	1
8	«Охотники и зайцы», «11», «Подмигиши»	1
9	Правила проведения игр и соревнований «Звезда», «Черные и белые», «Зебра»	1
10	Правильное дыхание при длительных физических нагрузках. «Али-баба», «Арим-шим-шим», «Сантики-фантики-лим-по-по»	1
11	Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий «Круговая лапта», «Горелки», «Подвижная цель»	1
12	«Антивышибалы», «Штандер - стоп», «Копна - кочка»	1
13	«Зевака», «Часовые и разведчики», «Ловкие и быстрые»	1
14	«Большой мяч», «Гонки на руках», «Салки-догонялки»	1
15	Эстафеты «Веселые профессии»	2
16		
17	Значение и важность регулярных физических нагрузок. «Перестрелка», «Горящий мяч», «Поймай хвост дракона»	1
18	Развитие в играх физических качеств.	1

	Салки в разных вариантах, «Рыбак», «Невод»	
19	«Бездомный заяц», «Караси и щука», «Стеночки»	1
20	«Шишки - желуди - орехи», «Силачи», «Бияша»	1
21	Эстафеты «Папа, мама, я – спортивная семья»	2
22		
23	Техника безопасности во время спортивных игр «Перестрелка», «Картошка»	1
24	Способы разделения игроков на команды, выбора водящего и капитана. «11», «Штурм», «Перестрелка»	1
25	«Мяч через сетку», «Стрелок», «Жонглёры», «Передал - садись»	1
26	«Пионербол», Эстафеты	1
27	Правила безопасности при выполнении физических упражнений. «Брось в кольцо», «Баскетбольные салки», «Мяч водящему»	1
28	Руководство процессом игры. Дозировка и судейство игры. Требования к окончанию игры. Подведение итогов. «Пионербол», «Хоккей»	1
29	«Футбольные вышибалы», «Футбол»	1
30	«Бадминтон», «10 передач», «Вызов номеров», «Круговая лапта»	1
31	«Перестрелка», «33», «Загадка», «Горящий мяч»	1
32	«Бадминтон», «10 передач», «пионербол», «мяч капитану»	1
33	Спортивные состязания «Поиски клада»	2
34		

Литература

1. Антонова Ю. Лучшие спортивные игры для детей и родителей, ООО «ИД РИПОЛ классик», ООО издательство «ДОМ XXI век», 2006г.
2. Белоножкина О.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе, издат. «Учитель» Волгоград, 2007г.
3. Болонов Г.П. Физическая культура в начальной школе- методич. Пособие, ТЦ СФЕРА, 2015г.
4. Бутин И.М. Физическая культура в начальных классах- издат. ВЛАДОС-ПРЕСС, 2013г.
5. Видякин М.В. Внеклассная работа, физическая культура в начальной школе-ИТД «Корифей», 2015г.
6. Глазырина Л.Д. Методика преподавания физической культуры в начальной школе-метод. пособие и программа- изд. «ВЛАДОС», 2004г.
7. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья в 1-5 классах – М.: ВАКО, 2004г.
8. Детские подвижные игры, под ред. Конеева Е.В., «Феникс», 2006г.
9. Кочурова С. Большая книга школьных праздников- Академия развития, Ярославль, 2007г.
10. Куприянов Б.В., Рожков М.И., Фришман И.И. Организация и методика проведения игр подростками. – М.: Гуманитарный издательский центр, 2018.

11. Лях В.И. Комплексная программа «Физическое Воспитание учащихся 1-11 классов», 2008г.
12. Лях В.И. Физическая культура, учебник для уч-ся 1-4 классов нач.шк.- изд. «Просвещение» , 2018г.
13. Патрикеев А.Ю. Подвижные игры 1-4 класс- изд. «ВЛАДОС» , 2007г.