Комитет по образованию г. Барнаула

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №89 с углубленным изучением отдельных предметов»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Руководитель МО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Жеребцова Л.С.  Протокол №1  от «….» августа 2024 г. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по ВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Баева И. И.  «….»августа 2024 г. | УТВЕРЖДЕНО  Приказ № 01-08/…. от «…» августа 2024 г. |

**Рабочая программа** курса внеурочной деятельности

«Мир подвижных игр»

Направление «Развитие личности и самореализация обучающихся»

1-4 классы на 2024/2025 учебный год

Составитель:

учителя физической культуры

г.Барнаул, 2024

**Пояснительная записка**

# Нормативно-правовое обеспечение

Настоящая программа по курсу внеурочной деятельности по формированию функциональной грамотности «Мир подвижных игр» для учащихся 1-4 классов составлена на основании следующих документов:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012

№ 273-ФЗ;

Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 №286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64100);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 №569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 №69676);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 №372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования»

(Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 №74229);

Устава МБОУ «СОШ №89»;

Основной общеобразовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ №89»;

Рабочей программы воспитания;

Календарного учебного графика МБОУ «СОШ №89» на 2023/2024 учебный год.

Срок реализации рабочей учебной программы 2023/2024 учебный год

Количество часов, на которое рассчитана рабочая программа: 33,34 часа в год, 1 час

в неделю.

# Цель и задачи обучения по курсу внеурочной деятельности

**Цели**: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

**Задачи:**

* укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
* развитие координационных, пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных

(скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

* формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
* воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие

развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе игровой деятельности;

* воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
* развитие познавательных интересов, воображения, памяти, мышления, речи;
* создание условия для проявления чувств коллективизма;
* обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

**Планируемые результаты.**

***Личностные результаты***

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
* понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;
* целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
* ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
* освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;

***Метапредметные результаты***

**Регулятивные УУД:**

* уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
* оценивать собственное поведение и поведение партнѐра;
* планировать цели и пути их достижения;
* планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еѐ реализации;
* конструктивно разрешать конфликты;
* адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
* вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учѐта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;

**Познавательные УУД:**

* добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
* осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
* перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
* преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
* устанавливать причинно-следственные связи.
* оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
* видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

**Коммуникативные УУД**:

* овладение диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение при взаимодействии со сверстниками;
* общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
* умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
* готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
* взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* умение высказывать своѐ предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
* умение совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;
* допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнѐра в общении и взаимодействии;
* умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
* умение формулировать собственное мнение и позицию.

# Предметные результаты

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

* представлять игры 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 инвентарѐм и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
* 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;
* находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
* 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;
* умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности обучающиеся к окончанию начальной школы **должны:**

иметь представление:

* о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
* о режиме дня и личной гигиене;
* о способах изменения направления и скорости движения;
* об играх разных народов;
* о разновидности подвижных игр;
* о соблюдении правил подвижных игры
* уметь выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
* выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
* играть в подвижные и спортивные игры;
* выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;  выполнять строевые упражнения;
* соблюдать правила подвижных игр.

**Ожидаемые результаты:**

* высокий уровень мотивации здорового образа жизни;
* укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;  формирование двигательных действий с мячом;
* соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом,
* самостоятельная организация и проведение подвижных и спортивных игр в малых группах сверстников;
* соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;
* владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр – проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

**Общая характеристика организации внеурочной деятельности**

# 1 КЛАСС

1. **Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ** (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.
2. **Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь** (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта. **III. Игры**

# Подвижные игры с элементами легкой атлетики (13ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»;

«Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»;

«Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

1. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростносиловых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»;

«Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками.

1. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей -

«Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

**Подвижные игры с элементами спортивных игр (7ч)**

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении

мяча.

1. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше

мячей»;

«Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты.

Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение

мяча.

Эстафеты.

**Народные игры (6ч)**

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки»,

«Красочки»,

«Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Куропатки и охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище»,

«Волк и олени», «Тройной прыжок», «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».

# Зимние забавы (4ч)

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты. **Соревнования (3ч)**

Эстафеты

# 2 КЛАСС

1. **Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ** (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.
2. **Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь** (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

# III. Игры Подвижные игры с элементами легкой атлетики (14ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»;

«Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»;

«Запрещенные движения»;

«Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

1. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»;

«Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками.

1. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростносиловых способностей -

«Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

# Подвижные игры с элементами спортивных игр (7ч)

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.
2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»;

«Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты.

Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча.

Эстафеты.

**Народные игры (6ч)** Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки»,

«Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Куропатки и охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище»,

«Волк и олени», «Тройной прыжок», «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».

# Зимние забавы (4ч)

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты. **Соревнования (3ч)**

Эстафеты

# 3 КЛАСС

1. **Основы знаний о подвижных играх** (включаются во все занятия). Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.
2. **Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь** (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта

# III. Игры Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место»;

«Белые медведи»;

«Космонавты»; «Невод»; «Третий лишний»; «Перемена мест»; «Третий лишний»; «Вызов номеров»; «Салки с ленточками»; «Заяц без места»; «Кто обгонит»; Эстафеты.

1. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам». «Волк во рву».

«Удочка» «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

1. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростносиловых способностей -

«Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

**Подвижные игры с элементами спортивных игр (10ч)**

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.
2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приѐм и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», " «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», эстафеты с мячом.

# Народные игры (6ч)

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки»,

«Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок»,

«Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

# Зимние забавы (4ч)

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика»,

«На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле»,

«Гонки снежных комов». Эстафеты.

**Соревнования (3ч)**

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и

# 4 КЛАСС

1. **Основы знаний о подвижных играх** (включаются во все занятия). Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.
2. **Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь** (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта

# III. Игры Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место»,

«Белые медведи»,

«Космонавты», «Невод», «Третий лишний», «Перемена мест», «Третий лишний», «Вызов номеров», «Салки с ленточками», «Заяц без места», «Кто обгонит», эстафеты.

1. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам», «Волк во рву»,

«Удочка», «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

1. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростносиловых способностей -

«Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет». **Подвижные игры с элементами спортивных игр (10ч)**

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.
2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приѐм и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», " «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», Эстафеты с мячом. **Народные игры (6ч)** Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки»,

«Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок»,

«Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

# Зимние забавы (4ч)

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты.

# Соревнования (3ч)

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/ п** | **Разделы, темы**    **класс** | **1 (часы)** | **2 (часы)** | **3 (часы)** | **4 (часы)** |
| **I** | **Знания о физической культуре** |  | В процессе уроков | |  |
| **II** | **Техника безопасности** |  | В процессе уроков | |  |
| **II**  **I** | **Игры** |  |  |  |  |
| 1 | Подвижные игры с элементами легкой атлетики | 13 | 14 | 11 | 11 |
| 2 | Подвижные игры с элементами спортивных игр | 7 | 7 | 10 | 10 |
| 3 | Народные игры | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 4 | Зимние забавы (зимние виды игр) | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 5 | Соревнования | 3 | 3 | 3 | 3 |
|  | **Всего** | **33** | **34** | **34** | **34** |

# Тематическое планирование курса

**«Мир подвижных игр», 1 класс ( 33 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | Тема занятия | **Форма проведения занятий** | **Количество часов** |
| **1.** | Подвижные игры «Совушка», «Кто скорее соберется». | Практическое занятие | 1 |
| **2.** | Подвижные игры «Салки», «Лягушка и цапля». | Практическое занятие | 1 |
| **3.** | Подвижные игры «Гуси- лебеди», «Перемена мест». | Практическое занятие | 1 |
| **4.** | Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза». | Практическое занятие | 1 |
| **5.** | Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка». | Практическое занятие | 1 |
| **6.** | Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения». | Практическое занятие | 1 |
| **7.** | Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята». | Практическое занятие | 1 |
| **8.** | Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда». | Практическое занятие | 1 |
| **9.** | Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки». | Практическое занятие | 1 |
| **10.** | Подвижные игры «Бездомный | Практическое занятие | 1 |
| **11.** | Подвижная игра «Кошки- мышки». | Практическое занятие | 1 |
| **12.** | Эстафеты. | Практическое занятие | 1 |
| **13.** | Подвижные игры «Прыгающие  воробушки», «Зайцы в огороде». | Практическое занятие | 1 |
| **14.** | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки». | Практическое занятие | 1 |
| **15.** | Подвижные игры «Не пропусти щайбу», Метко в цель». | Практическое занятие | 1 |
| **16.** | Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники». | Практическое занятие | 1 |
| **17.** | Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты. | Практическое занятие | 1 |
| **18.** | Подвижные игры  «Попрыгунчики», «Салки». | Практическое занятие | 1 |
| **19.** | Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок». | Практическое занятие | 1 |
| **20.** | Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки». | Практическое занятие | 1 |
| **21.** | Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера». | Практическое занятие | 1 |
| **22.** | Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище». | Практическое занятие | 1 |
| **23.** | Подвижные игры  «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок». | Практическое занятие | 1 |
| **24.** | Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему». | Практическое занятие | 1 |
| **25.** | Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч». | Практическое занятие | 1 |
| **26.** | Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки». | Практическое занятие | 1 |
| **27.** | Удар по неподвижному и катящемуся мячу. | Практическое занятие | 1 |
| **28.** | Ведение и остановка мяча. | Практическое занятие | 1 |
| **29.** | Эстафеты. | Практическое занятие | 1 |
| **30.** | Соревнование по подвижной игре «Снайпер». | Практическое занятие | 1 |
| **31.** | Эстафеты с мячами. | Практическое занятие | 1 |
| **32.** | Встречные эстафеты. | Практическое занятие | 1 |
| **33.** | Комбинированные эстафеты. | Практическое занятие | 1 |

# «Мир подвижных игр», 2 класс (

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование раздела, темы** | **Форма проведения занятий** | **Количество часов** |
| 1. | Подвижная игра «Кто дальше бросит» | Практическое занятие | 1 |
| 2. | Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет». | Практическое занятие | 1 |
| 3. | Подвижные игры «Лиса и куры», Прыжки по полосам». | Практическое занятие | 1 |
| 4. | Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза». | Практическое занятие | 1 |
| 5. | Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка». | Практическое занятие | 1 |
| 6. | Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения». | Практическое занятие | 1 |
| 7. | Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята». | Практическое занятие | 1 |
| 8. | Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда». | Практическое занятие | 1 |
| 9. | Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки». | Практическое занятие | 1 |
| 10. | Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор». | Практическое занятие | 1 |
| 11. | Подвижная игра «Кошки- мышки». | Практическое занятие | 1 |
| 12. | Эстафеты. | Практическое занятие | 1 |
| 13. | Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». | Практическое занятие | 1 |
| 14. | Подвижная игра «С кочки на кочку», эстафеты с прыжками. | Практическое занятие | 1 |
| 15. | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки». | Практическое занятие | 1 |
| 16. | Подвижные игры «Не пропусти шайбу», Метко в цель». | Практическое занятие | 1 |
| 17. | Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники». | Практическое занятие | 1 |
| 18. | Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты. | Практическое занятие | 1 |
| 19. | Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки». | Практическое занятие | 1 |
| 20. | Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок». | Практическое занятие | 1 |
| 21. | Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки». | Практическое занятие | 1 |
| 22. | Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера». | Практическое занятие | 1 |
| 23. | Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище». | Практическое занятие | 1 |
| 24. | Подвижные игры «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок». | Практическое занятие | 1 |
| 25. | Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему». | Практическое занятие | 1 |
| 26. | Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч». | Практическое занятие | 1 |
| 27. | Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки». | Практическое занятие | 1 |
| 28. | Удар по неподвижному и катящемуся мячу. | Практическое занятие | 1 |
| 29. | Ведение и остановка мяча. | Практическое занятие | 1 |
| 30. | Подвижная игра «У кого меньше мячей». | Практическое занятие | 1 |
| 31. | Соревнование по подвижной игре «Снайпер». | Практическое занятие | 1 |
| 32. | Эстафеты с мячами. | Практическое занятие | 1 |
| 33. | Встречные эстафеты. | Практическое занятие | 1 |
| 34. | Комбинированные эстафеты. | Практическое занятие | 1 |

**«Мир подвижных игр», 3 класс (**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование темы | Форма проведения занятий | Количество часов |
| 1. | Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи». | Практическое занятие | 1 |
| 2. | Подвижные игры «Космонавты», «Невод». | Практическое занятие | 1 |
| 3. | Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест». | Практическое занятие | 1 |
| 4. | Подвижная игра «Вызов номеров». | Практическое занятие | 1 |
| 5. | Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места». | Практическое занятие | 1 |
| 6. | Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты. | Практическое занятие | 1 |
| 7. | Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». | Практическое занятие | 1 |
| 8. | Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку». | Практическое занятие | 1 |
| 9. | Эстафеты с прыжками. | Практическое занятие | 1 |
| 10. | Подвижная игра «Кто дальше бросит». | Практическое занятие | 1 |
| 11. | Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет». | Практическое занятие | 1 |
| 12. | Подвижные игры «Колечко», «Ручеек». | Практическое занятие | 1 |
| 13. | Подвижные игры  «Попрыгунчики», «Салки». | Практическое занятие | 1 |
| 14. | Подвижные игры «Чехарда» «Кошки- мышки». | Практическое занятие | 1 |
| 15. | Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей». | Практическое занятие | 1 |
| 16. | Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз». | Практическое занятие | 1 |
| 17. | Подвижные игры «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки». | Практическое занятие | 1 |
| 18. | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу». | Практическое занятие | 1 |
| 19. | Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне». | Практическое занятие | 1 |
| 20. | Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист». | Практическое занятие | 1 |
| 21. | Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты. | Практическое занятие | 1 |
| 22. | Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. | Практическое занятие | 1 |
| 23. | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | Практическое занятие | 1 |
| 24. | Броски в цель. | Практическое занятие | 1 |
| 25. | Подбрасывание и подача мяча. | Практическое занятие | 1 |
| 26. | Прием и передача мяча в волейболе. | Практическое занятие | 1 |
| 27. | Удары и остановка мяча ногой. | Практическое занятие | 1 |
| 28. | Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру. | Практическое занятие | 1 |
| 29. | Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени». | Практическое занятие | 1 |
| 30. | Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель». | Практическое занятие | 1 |
| 31. | Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки». | Практическое занятие | 1 |
| 32. | Соревнование по дартсу. | Практическое занятие | 1 |
| 33. | Соревнование по подвижной игре «Пионербол». | Практическое занятие | 1 |
| 34. | Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом. | Практическое занятие | 1 |

# «Мир подвижных игр», 4 класс (

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | Наименование темы | Форма проведения занятий | Количество часов |
| 1. | Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи». | Практическое занятие | 1 |
| 2. | Подвижные игры «Космонавты», «Невод». | Практическое занятие | 1 |
| 3. | Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест». | Практическое занятие | 1 |
| 4. | Подвижная игра «Вызов номеров». | Практическое занятие | 1 |
| 5. | Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места». | Практическое занятие | 1 |
| 6. | Подвижная игра «Кто обгонит» | Практическое занятие | 1 |
| 7. | Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». | Практическое занятие | 1 |
| 8. | Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку». | Практическое занятие | 1 |
| 9. | Эстафеты с прыжками. | Практическое занятие | 1 |
| 10. | Подвижная игра «Кто дальше бросит». | Практическое занятие | 1 |
| 11. | Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет». | Практическое занятие | 1 |
| 12. | Подвижные игры «Колечко», «Ручеек». | Практическое занятие | 1 |
| 13. | Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки». | Практическое занятие | 1 |
| 14. | Подвижные игры «Чехарда» «Кошки- мышки». | Практическое занятие | 1 |
| 15. | Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей». | Практическое занятие | 1 |
| 16. | Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз». | Практическое занятие | 1 |
| 17. | Подвижные игры «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки». | Практическое занятие | 1 |
| 18. | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу». | Практическое занятие | 1 |
| 19. | Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне». | Практическое занятие | 1 |
| 20. | Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист». | Практическое занятие | 1 |
| 21. | Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты. | Практическое занятие | 1 |
| 22. | Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. | Практическое занятие | 1 |
| 23. | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | Практическое занятие | 1 |
| 24. | Броски в цель. | Практическое занятие | 1 |
| 25. | Подбрасывание и подача мяча. | Практическое занятие | 1 |
| 26. | Прием и передача мяча в волейболе. | Практическое занятие | 1 |
| 27. | Удары и остановка мяча ногой. | Практическое занятие | 1 |
| 28. | Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру. | Практическое занятие | 1 |
| 29. | Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени». | Практическое занятие | 1 |
| 30. | Подвижные игры « Овладей мячом» «Подвижная цель». | Практическое занятие | 1 |
| 31. | Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки». | Практическое занятие | 1 |
| 32. | Соревнование по дартсу. | Практическое занятие | 1 |
| 33. | Соревнование по подвижной игре «Пионербол». | Практическое занятие | 1 |
| 34. | Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом. | Практическое занятие | 1 |

**Перечень УМК.**

1. Авторская программа В.И.Ляха по учебному курсу «Физическая культура» (1-4 классы, образовательная система «Школа России»)
2. Учебник «Физическая культура», 1-4 классы, В.И. Лях АО «Издательство «Просвещение»,

2021, 2022гг

**Электронно-образовательные ресурсы**

1. [http://spo.1september.ru/ 1](http://spo.1september.ru/) сентября журнал «Спорт в школе»
2. [http://zdd.1september.ru/ 1](http://zdd.1september.ru/) сентября журнал «Здоровье детей»
3. <http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library>Социальная сеть работников образования
4. Клуб здоровья и долголетия. [http://www.100let.net/index.htmУроки здоровья. М.,2002](http://www.100let.net/index.htmУроки%20здоровья.%20М.,2002)
5. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих

учителей» [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\_no=22924&tmpl=com](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.it-n.ru%2Fcommunities.aspx%3Fcat_no%3D22924%26tmpl%3Dcom)

1. http://www.sportreferats.narod.ru/
2. http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\_no=22924&lib\_no=32922&tmpl=lib Если хочешь быть здоров. Публикуются различные материалы по физкультуре и спорту, различным методикам оздоровления и т.п.