

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Хмелевская основная общеобразовательная школа
Корочанского района Белгородской области»

«Согласовано»
Руководитель МО
естественно-математического
цикла Бусыгина А.В.
Протокол № 5
от «22» июня 2022 г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ
«Хмелевская ООШ»
Кузнецова Н.В.
Приказ № 70
от «31» августа 2022г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

по спортивно - оздоровительному направлению

Подвижные игры
1-4 классы

Тип: модифицированная

Срок реализации программы: 4 года

Составитель: Мурзина Е.А.

2022– 2025 учебный год

Пояснительная записка

Программа курса Рабочая программа «Подвижные игры» составлена на основании: Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;

Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;

Закона об образовании в РФ № 273 – ФЗ;

Письма Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;

Постановления в соответствии с требованиями основной образовательной программы начального общего образования ОУ;

Базисного учебного плана МБОУ «Хмелевская ООШ»;

Авторской программы: Физическая культура: 1 – 4 классы: Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С.Петров. - М.: Вентана–Граф. 2017.

Направление: спортивно-оздоровительное

Актуальность программы.

Подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

Цели: формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью.

Задачи:

- формирование знания о физкультурной деятельности, отражающих её культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
- формирование базовых двигательных навыков и умений, их вариативное использование в игровой деятельности и в самостоятельных занятиях;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных двигательных действий и овладения новыми двигательными действиями с повышенной координационной сложностью;
- формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;
- расширение функциональных возможностей разных систем организма, повышение его адаптивных свойств за счёт направленного развития основных физических качеств и способностей;
- формирование практических умений и навыков, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, способствующих групповому взаимодействию в процессе использования подвижных игр и элементов соревнования.

Общая характеристика курса

Данная программа разработана для реализации в начальной школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях. Программа «Подвижные игры» составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времен года и местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни.

Особенности программы.

В 4 классе обучается учащаяся, занимающаяся по адаптированной ооп, вариант 7.2. Для её используются специальные методы и приемы, рекомендуемые ПМПК:

1. Приемы развития мыслительной активности.
2. Большой акцент на наглядные и практические методы.
3. Использование игровой формы предъявления нового материала.
4. Наблюдение за особенностями развития ребенка в динамике.
5. Метод «малых порций».
6. Демонстрация реальных объектов, изучаемых по программе.

Место курса в учебном плане

Федеральный государственный образовательный стандарт предусматривает изучение физической культуры в начальной школе как составной части предметной области «Физическая культура».

Содержание программы составлено с учётом того, что в учебном плане общеобразовательных организаций Российской Федерации на изучение учебного предмета отводится 2 ч в неделю и 1 ч дополнительного времени по интересам и по индивидуальному плану (состоянию здоровья) - это программа внеурочной деятельности «Подвижные игры». 33 часа в год в 1 классе, 34 часа в год в 2,3,4 классе.

Класс, возраст учащихся: учащиеся 1,2,3,4 классов в возрасте 6-10 лет

Срок реализации программы: 2021-2022 уч. г.

Планируемые результаты.

Личностные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- 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 (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты изучения курса «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- 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 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;
- 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

Ценностные ориентиры.

В соответствии с Концепцией духовно-нравственного воспитания российских школьников, современный национальный идеал личности, воспитанной в новой российской общеобразовательной школе, – это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающей ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененный в духовных и культурных традициях русского народа.

Исходя из этого воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) формулируется общая **цель воспитания** в общеобразовательной организации – **личностное развитие школьников**, проявляющееся:

1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);

2) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);

3) в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Данная цель ориентирует педагогов не на обеспечение соответствия личности ребенка единому стандарту, а на обеспечение позитивной динамики развития его личности.

Конкретизация общей цели воспитания применительно к возрастным особенностям школьников позволяет выделить в ней следующие **целевые приоритеты, соответствующие двум уровням общего образования:**

Уровень начального общего образования

- В воспитании детей младшего школьного возраста таким целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения школьниками социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут.

Выделение данного приоритета связано с особенностями детей младшего школьного возраста: с их потребностью самоутвердиться в своем новом социальном статусе - статусе школьника, то есть научиться соответствовать предъявляемым к носителям данного статуса нормам и принятым традициям поведения. Такого рода нормы и традиции задаются в школе педагогами и воспринимаются детьми именно как нормы и традиции поведения школьника. Знание их станет базой для развития социально значимых отношений школьников и накопления ими опыта осуществления социально значимых дел и в дальнейшем, в подростковом и юношеском возрасте. К наиболее важным из них относятся следующие:

1. Быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
2. Быть трудолюбивым, следуя принципу «делу — время, потехе — час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах;
3. Знать и любить свою Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, село, свою страну;
4. Беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
5. Проявлять миролюбие — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
6. Стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
7. Быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;
8. Соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;
9. Уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;
10. Быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чём-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

Знание младшим школьником данных социальных норм и традиций, понимание важности следования им имеет особое значение для ребенка этого возраста, поскольку облегчает его вхождение в широкий социальный мир, в открывающуюся ему систему общественных отношений.

Содержание курса 1–4 классов

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания

общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Знания о физической культуре

Понятие о физической культуре. Зарождение и развитие физической культуры.

Профилактика заболеваний органов дыхания.

Подбор одежды, обуви и инвентаря для занятий физическими упражнениями.

Терминология гимнастических упражнений.

Способы передвижения человека. Основные двигательные качества человека (выносливость, сила, быстрота, гибкость, ловкость).

Организация здорового образа жизни

Правильный режим дня (соблюдение, планирование). Здоровое питание. Утренняя гигиеническая гимнастика.

Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью

Простейшие навыки контроля самочувствия. Измерение сердечного пульса (частоты сердечных сокращений).

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток, профилактики нарушений осанки, профилактики плоскостопия. Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств. Тренировка дыхания. Упражнения для снятия утомления глаз и профилактики нарушений зрения. Упражнения для расслабления мышц. Упражнения для успокоения (психорегуляции).

Спортивно-оздоровительная деятельность

Строевые упражнения и строевые приёмы.

Лёгкая атлетика (игры с бегом, прыжками, с мячом).

Гимнастика с основами акробатики (игры со скакалкой, с лазанием и перелазанием, на осанку, внимание).

Подвижные игры (на свежем воздухе и в классе), зимние забавы, народные игры, элементы спортивных игр (футбол, волейбол, настольный теннис)

Содержание программы.

1 год обучения

I. Игры с бегом

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа

едения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание счижизни.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёллы». Игра «У медведя во бору».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».
- Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

II. Игры с мячом

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча
- Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

III. Игра с прыжками

Теория. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».
- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

IV. Игры малой подвижности

Теория. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

V. Зимние забавы

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

Практические занятия:

- Игра «Скатывание шаров».
- Игра «Гонки снежных комов».
- Игра «Клуб ледяных инженеров».
- Игра «Мяч из круга».
- Игра «Гонка с шайбами».
- Игра «Черепахи».

VI. Эстафеты

Теория. Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

Практические занятия:

- Беговая эстафеты.
- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
- Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

VII. Народные игры

Теория. Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба»
- Разучивание народных игр. Игра «Чижик»
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»
- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".

Содержание программы

2-й год обучения

I. Игры с бегом

Теория. Правила безопасного поведения при проведении

игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»
Игра «Пустое место».

Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Челнок». Игра «Карусель»

II. Игры с прыжками

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

III. Игры с мячом

Теория. Правила безопасного поведения при играх мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча
Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча
Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

IV. Игры малой подвижности

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».

- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

V. Зимние забавы

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

VI. Эстафеты

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки

Практические занятия:

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

VIII. 1. Народные игры

Теория. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

Содержание программы

3 год обучения

I. Игры с бегом

Теория: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – вырубалочки».
- Комплекс ОРУ для укрепления мышц рук и плечевого пояса. Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Дай руку»

II. Игры с мячом

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»
Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

III. Игры с прыжками

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

IV. Игры малой подвижности

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение».
Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.
Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

V. Зимние забавы (8 часов)

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

VI. Эстафеты (10 часов)

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Практические занятия:

- Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашиотисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

IX. Народные игры

Теория. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

Содержание программы

4 год обучения

I. Игры с бегом

Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».

- Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки маршем».Игра «Скороходы и бегуны».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Воробушки и кот». Игра «Игра «Без пары».

II. Игры с мячом

Теория. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»
Игра «Защищай ворота».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».
Игра «Мяч в центре».

III. Игры с прыжками

Теория. Правила безопасного поведения в местах провталок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

IV. Игра малой подвижности .

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?».
Игра «Найди предмет».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

V. Зимние забавы .

Теория. Правила безопасного поведения

при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

Практические занятия:

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Пустое место».
- Игра «Кто дальше» (на лыжах).
- Игра «Быстрый лыжник».

Эстафеты

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.

Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

VI. Игра малой подвижности

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

Народные игры

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "**Корову доить**".
- Разучивание народных игр. Игра "**Малечина - колечина**".
- Разучивание народных игр. Игра "**Коршун**".
- Разучивание народных игр. Игра "**Бабки**".

Подвижные игры, входящие в первый компонент, поделены на четыре раздела. Первый включает в себя игры, отражающие отношение человека к природе. Русский народ всегда трепетно относился к природе, берег ее, прославлял. Игры первого раздела воспитывают доброе отношение к окружающему миру. Сюда относятся русские народные игры: "Гуси-лебеди", "Волк во рву", "Волк и овцы", "Вороны и воробьи", "Змейка", "Зайцы в огороде", "Пчелки и ласточки", "Кошки-мышки", "У медведя во бору", "Коршун и наседка", "Стадо", "Хромая лиса", "Филин и пташки". "Лягушата", "Медведь и медовый пряник", "Зайки и ежи", "Ящерица", "Хромой цыпленок", "Оса" и их различные варианты.

С историческим наследием русского народа знакомит второй раздел первого компонента - "Быт русского народа", в котором применяются народные игры, отражающие повседневные занятия наших предков. Во второй раздел входят народные игры: "Дедушка-рожек", "Домики", "Ворота", "Встречный бой", "Заря", "Корзинки", "Каравай", "Невод", "Охотники и утки", "Ловись рыбка". "Птицелов", "Рыбаки", "Удочка", "Продаем горшки", "Защита укрепления", "Захват флага", "Шишки, желуди, орехи", а также различные их варианты.

С большим интересом современные школьники знакомятся с играми сверстников прошлых столетий, составляющими третий раздел первого компонента. Эти игры интересны тем, что в них нужно проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию. К этому разделу относятся игры: "Бабки", "Городки", "Горелки", "Городок-бегунок", "Двенадцать палочек", "Жмурки", "Игровая", "Кто дальше", "Ловишка", "Лапта", "Котлы", "Ляпка", "Пятнашки", "Платочек-летуночек", "Считалки", "Третий - лишний", "Чижик", "Чехарда", "Кашевары", "Отгадай, чей голосок", "Веревочка под ногами" и др.

Возможность помериться силой и ловкостью появляется у ребят при изучении игр четвертого раздела, который отражает стремление детей стать сильнее, победить всех. Как тут не вспомнить о легендарных русских богатырях, которые не уступали ранее в популярности современным киногероям. В этом разделе применяются игры: "Единоборство" (в различных положениях, с различным инвентарем), "Тяни в круг", "Бой петухов", "Достань камешек", "Перетяни за черту", "Тяни за булавы", "Борящаяся цепь", "Цепи кованы", "Перетягивание каната", "Перетягивание прыжками", "Вытолкни за круг". "Защита укрепления", "Сильный бросок", "Каждый против каждого", "Бои на бревне" и их различные варианты.

Распределение учебного времени на различные виды программного материала для учащихся 1-4 классов

№	Тема	Количество часов			
		Класс			
		I	II	III	IV
	Основы знаний	7	7	7	7
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	4 ч.	4 ч.	4 ч.	4 ч.
2.	Игры с мячом.	4 ч.	4 ч.	4 ч.	4 ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	4ч.	4ч.	4ч.	4ч.
4.	Игры малой подвижности (игры	4 ч.	4 ч.	4 ч.	4 ч.

	на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).				
5.	Зимние забавы.	3 ч.	3 ч.	3 ч.	3 ч.
6.	Эстафеты.	3 ч.	4 ч.	4 ч.	4 ч.
7.	Народные игры	4 ч.	4 ч.	4 ч.	4 ч.
	Итого	33 ч.	34 ч.	34 ч.	34 ч.

Календарно – тематическое планирование

1 класс

№ П/П	Тема занятия	дата		Характеристика деятельности учащихся	Ценностные ориентиры с указанием №
		план	факт		
1	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.			Называть правила техники безопасности на спортивных площадках;	
2	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»			Понимать значение утренней гигиенической гимнастики и физкультминуток; соблюдать правильный режим дня	
3	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений	
4	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений Знать основные правила выполнения бега, правильно выполнять основные движения ходьбы, бега.	

5	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений Знать основные правила выполнения бега, прыжков, правильно выполнять основные движения ходьбы, бега, прыжков;	
6	Простейшие навыки контроля самочувствия .Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой			Определять внешние признаки собственного недомогания. Называть правила техники безопасности	
7	Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики. Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений	
8	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»			Организовывать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
9	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».			Называть правила техники безопасности; правильно выполнять технику бега и прыжков; метать малый мяч на дальность и на точность.	
10	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»			Организовать и проводить игру, знать правила игры	

11	Правила безопасного поведения при играх с мячом.			Называть правила техники безопасности	
12	Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
13	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
14	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы, знать правила игры	
15	Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».			Называть правила техники безопасности; правильно выполнять технику бега и прыжков; метать малый мяч на дальность и на точность.	
16	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.			Называть правила техники безопасности	
17	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
18	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	
19	Упражнения для исправления нарушений			Выполнять строевые упражнения и строевые	

	осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».			приёмы	
20	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	
21	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.			Называть правила техники безопасности	
22	Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
23	Игра «Санные поезда».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
24	Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных»			Организовать и проводить игру подвижные игры	
25	Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки			Называть правила техники безопасности	
26	Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
27	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».			Играть в подвижные игры; развивать навыки общения со сверстниками	
28	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
29	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».			Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; знать правила игры; организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с	

				другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
30	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.			Играть в подвижные игры	
31	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»			Развивать навыки общения со сверстниками	
32	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»			Играть в подвижные игры	
33	Разучивание народных игр. Игра «Котел»			Развивать навыки общения со сверстниками	
34 (3 кл)	Игры по выбору детей			Развивать навыки общения со сверстниками	

Календарно – тематическое планирование

2 класс

№ П/П	Тема занятия	дата		Характеристика деятельности учащихся	Ценностные ориентиры с указанием №
		план	факт		
1	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.			Называть правила техники безопасности на спортивных площадках;	
2	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»			Понимать значение утренней гигиенической гимнастики и физкультминуток; соблюдать правильный режим дня	
3	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять	

				предложенные комплексы упражнений	
4	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений Знать основные правила выполнения бега, правильно выполнять основные движения ходьбы, бега.	
5	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений Знать основные правила выполнения бега, прыжков, правильно выполнять основные движения ходьбы, бега, прыжков;	
6	Простейшие навыки контроля самочувствия .Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой			Определять внешние признаки собственного недомогания. Называть правила техники безопасности	
7	Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики. Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений	
8	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»			Организовывать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со	

				сверстниками	
9	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».			Называть правила техники безопасности; правильно выполнять технику бега и прыжков; метать малый мяч на дальность и на точность.	
10	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»			Организовать и проводить игру, знать правила игры	
11	Правила безопасного поведения при играх с мячом.			Называть правила техники безопасности	
12	Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
13	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
14	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы, знать правила игры	
15	Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».			Называть правила техники безопасности; правильно выполнять технику бега и прыжков; метать малый мяч на дальность и на точность.	
16	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.			Называть правила техники безопасности	

17	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
18	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	
19	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	
	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	
20	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.			Называть правила техники безопасности	
21	Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
22	Игра «Санные поезда».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
23	Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных»			Организовать и проводить игру подвижные игры	
24	Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки			Называть правила техники безопасности	
25	Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
26	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».			Играть в подвижные игры;	

				развивать навыки общения со сверстниками	
27	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
28	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».			Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; знать правила игры; организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
29	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.			Играть в подвижные игры	
30	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»			Развивать навыки общения со сверстниками	
31	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»			Играть в подвижные игры	
32	Разучивание народных игр. Игра «Котел»			Развивать навыки общения со сверстниками	
33	Игры по выбору детей			Играть в подвижные игры	
34	Игры по выбору детей			Развивать навыки общения со сверстниками	

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№ П/П	Тема занятия	Дата		Характеристика деятельности учащихся	Ценностные ориентиры с указанием №
		план	факт		
1	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды.			Называть правила техники безопасности на спортивных площадках;	

	Повторение считалок.				
2	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».			Выполнять упражнения для профилактики плоскостопия в составе комплекса упражнений для утренней гигиенической гимнастики	
3	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта			Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; понимать правила подвижных игр; играть в подвижные игры по правилам	
4	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».			Понимать значение утренней гигиенической гимнастики и физкультминуток; соблюдать правильный режим дня	
5	Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений	
6	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений Знать основные правила выполнения бега, правильно выполнять основные движения ходьбы, бега.	
7	Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений Знать	

				основные правила выполнения бега, прыжков, правильно выполнять основные движения ходьбы, бега, прыжков;	
8	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».			Определять внешние признаки собственного недомогания. Называть правила техники безопасности	
9	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений	
10	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».			Организовывать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
11	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.			Называть правила техники безопасности; правильно выполнять технику бега и прыжков; метать малый мяч на дальность и на точность.	
12	Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».			Организовать и проводить игру, знать правила игры	
13	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «белые медведи».			Называть правила техники безопасности	
14	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со	

				сверстниками	
15	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
16	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы, знать правила игры	
17	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».			Называть правила техники безопасности; правильно выполнять технику бега и прыжков; метать малый мяч на дальность и на точность.	
18	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».			Называть правила техники безопасности	
19	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
20	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	
21	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода,			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	

	поворота в движении и торможение.				
22	Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место».			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	
23	Игра «Кто дальше» (на лыжах).			Называть правила техники безопасности	
24	Игра «Быстрый лыжник».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
25	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.			Организовать и проводить игру подвижные игры	
26	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.			Организовать и проводить игру подвижные игры	
	Эстафета с лазанием и перелезанием,			Называть правила техники безопасности	
27	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
28	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)			Играть в подвижные игры; развивать навыки общения со сверстниками	
29	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.			Организовать и проводить игру подвижные игры	
30	Разучивание народных игр. Игра "Салки".			Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; знать правила игры; организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с	

				другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
31	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".			Играть в подвижные игры	
	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".			Развивать навыки общения со сверстниками	
32	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".			Играть в подвижные игры	
33	Игра «Лапта»			Развивать навыки общения со сверстниками	
34	Игра «Лапта»			Играть в подвижные игры	

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ П/П	Тема занятия	Дата		Характеристика деятельности учащихся	Ценностные ориентиры с указанием №
		план	факт		
1	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.			Называть правила техники безопасности на спортивных площадках;	
2	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».			Выполнять упражнения для профилактики плоскостопия в составе комплекса упражнений для утренней гигиенической гимнастики	
3	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта			Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; понимать правила подвижных игр; играть в подвижные игры по правилам	
4	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в			Понимать значение утренней	

	курятнике». Игра «Ловкие ребята».			гигиенической гимнастики и физкультминуток; соблюдать правильный режим дня	
5	Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений	
6	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений Знать основные правила выполнения бега, правильно выполнять основные движения ходьбы, бега.	
7	Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений Знать основные правила выполнения бега, прыжков, правильно выполнять основные движения ходьбы, бега, прыжков;	
8	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».			Определять внешние признаки собственного недомогания. Называть правила техники безопасности	
9	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».			Понимать технику выполнения упражнений; выполнять предложенные комплексы упражнений	
10	Комплекс ОРУ с			Организовывать и	

	мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».			проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
11	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.			Называть правила техники безопасности; правильно выполнять технику бега и прыжков; метать малый мяч на дальность и на точность.	
12	Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».			Организовать и проводить игру, знать правила игры	
13	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «белые медведи».			Называть правила техники безопасности	
14	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
15	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
16	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы, знать правила игры	
17	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что			Называть правила техники безопасности; правильно выполнять	

	изменилось?». Игра «Найди предмет».			технику бега и прыжков; метать малый мяч на дальность и на точность.	
18	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».			Называть правила техники безопасности	
19	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».			Организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
20	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	
21	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	
22	Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место».			Выполнять строевые упражнения и строевые приёмы	
23	Игра «Кто дальше» (на лыжах).			Называть правила техники безопасности	
24	Игра «Быстрый лыжник».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
25	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.			Организовать и проводить игру подвижные игры	
26	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с			Организовать и проводить игру подвижные игры	

	доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.				
	Эстафета с лазанием и перелезанием,			Называть правила техники безопасности	
27	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».			Организовать и проводить игру подвижные игры	
28	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)			Играть в подвижные игры; развивать навыки общения со сверстниками	
29	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.			Организовать и проводить игру подвижные игры	
30	Разучивание народных игр. Игра "Салки".			Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; знать правила игры; организовать и проводить игру подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками	
31	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".			Играть в подвижные игры	
	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".			Развивать навыки общения со сверстниками	
32	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".			Играть в подвижные игры	
33	Игра «Лапта»			Развивать навыки общения со сверстниками	
34	Игра «Лапта»			Играть в подвижные	

				игры	
--	--	--	--	------	--

Организация образовательного процесса.

Формы занятий:

- групповые и индивидуальные формы занятий - теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций - и практическую части: ОФП и игры;
- занятия оздоровительной направленности;
- эстафеты.

Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса: Эффективность реализации программы:

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).

Алгоритм работы с подвижными играми

- Знакомство с содержанием игры.
- Объяснение содержания игры.
- Объяснение правил игры.
- Разучивание игр.
- Проведение игр.

Формы подведения итогов работы:

- соревнования
- дружеские встречи
- игровая программа;
- фестивали
- онлайн-тестирование уровня знаний.

Информационно-образовательный ресурс

- ФГОС НОО;

- Программа «Физическая культура 1-4 классы». УМК «Начальная школа XXI века» под редакцией Т.В. Петровой, Ю.А. Копылова, Н.В. Полянской, С.С. Петрова. М.: Вентана-Граф.

Учебно-методический комплект:

- учебник для учащихся общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 3-4 классы» Авторы - Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С.Петров. – М.: Вентана – Граф, (Начальная школа XXI века)
- Дидактический материал учителя

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

- гимнастические маты, скамейки, турники;
- мячи, скакалки, флажки, обручи, кегли;
- оборудование для мультимедийных демонстраций (компьютер, медиапроектор)

Планируемый результат:

- у выпускника начальной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения;

- обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

Лист внесения изменений

№Урока	Название темы	Причина	Дата проведения	
			План/Факт	