

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 600

С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ АНГЛИЙСКОГО ЯЗЫКА

ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

(ГБОУ школа № 600)

РАССМОТРЕНО

педагогическим советом  
Протокол №1 от 31.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО

методическим объединением  
учителей естественно –  
научного цикла  
Протокол №1 от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ школы № 600  
Хорошева О.А.  
Приказ №94-д от 31.08.2023

**Рабочая программа по внеурочной деятельности**

**«Подвижные игры»**

**направление спортивно-оздоровительное**

**для обучающихся 1-4 классов**

**Санкт - Петербург**

**2023**

## Пояснительная записка

Программа составлена с учетом требований ФГОС начального общего образования и соответствует возрастным особенностям младшего школьника.

Нормативно-правовая база реализуется в соответствии с

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Приказом Минпросвещения России от 16.11.2022 № 992 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования»;
- Письмом Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;
- Рекомендациями по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий (Приложение № 1 к письму Минпросвещения России от 7 мая 2020 года № ВБ-976/04);
- санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
- санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685-21);
- ООП НОО, принятой Педагогическим советом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 600 с углубленным изучением английского языка Приморского района Санкт-Петербурга протокол №1 от 31.08.2023 г., утвержденной приказом директора №94-д от 31.08.2023 г.;
- Положения о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 600 с углубленным изучением английского языка Приморского района Санкт-Петербурга протокол №1 от 29.08.2022 г., утвержденного приказом директора № 47-д от 01.09.2022 г.
- Уставом ГБОУ школы №600 с углубленным изучением английского языка Приморского района Санкт-Петербурга, утвержденным Распоряжением Комитета по образованию от 22.07.2022 г. №1455-р;
- Положением об организации внеурочной деятельности обучающихся, принятым Педагогическим советом протокол от 24.05.2022 № 8, утвержденным приказом директора от 25.05.2022 № 344.

### **Цель программы:**

создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных народных игр через включение их в совместную деятельность.

**Задачи**, решаемые в рамках данной программы:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, а так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Человек - высшее творение природы. Но для того чтобы наслаждаться сокровищами, он должен отвечать, по крайней мере, одному требованию: быть здоровым. Думая о будущем детей, надо особо подчеркнуть младший школьный возраст как самый важный.

Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья учащихся 2 классов, а также воспитание потребности в здоровом образе жизни, так как только здоровый ребенок способен успешно и в полной мере овладеть школьной программой.

В условиях современной природной и социально-экономической ситуации проблема здоровья детей приобретает глобальный характер. Здоровье каждого человека, в том числе и ребенка, определяется соотношением внешних и внутренних воздействий на его организм, с одной стороны, и возможностями самого организма противостоять нежелательным из них, защищаться, усиливая воздействие полезных для здоровья факторов, с другой.

Степень успешности этой деятельности - устранение вредных воздействий и повышение устойчивости организма - определяет направления усилий по сохранению и укреплению здоровья.

Одной из важнейших задач школы в соответствии с целями современной реформы образования в России является сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Данная программа разработана с учётом новых требований к подготовке обучающихся начальной школы, который способствует повышению двигательной активности младших школьников, уменьшению утомляемости.

### **Принципы:**

1. У каждого ребенка свой потенциал здоровья, его нужно учитывать.
2. Здоровье - это состояние организма, им нужно научиться управлять.
3. Здоровье - это результат собственного творчества.

Программа рассчитана на 33 часа- в 1 классах, на 34 часа во 2-4 классах .

**Универсальными компетенциями** учащихся по курсу являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения 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 (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.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу 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 инвентарём 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.

## Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- **личностные результаты** — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- **метапредметные результаты** — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **предметные результаты** — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих умений:

- **Определять** и **высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

### ***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

## Годовой план

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	Основы знаний и умений в различных жизненных ситуациях	Во время занятий
2.	Строевые упражнения	Во время занятий
3.	Общефизическая подготовка	Во время занятий
4.	Подвижные игры	34
	Всего:	<b>34</b>

### 1 класс

№	Разделы	Кол-во часов
1	Русские народные игры	8
2	Подвижные игры	17
3	Эстафеты	8
	Итого:	33

### Формы занятий

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

### Режим занятий:

Занятия продолжительностью 40 минут проводятся 1 раз в неделю в группах не более 15-ти детей.

### Планируемый результат:

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

## Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.

*Личностными* результатами кружка «Подвижные игры» являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

*Метапредметными* результатами кружка «Подвижные игры» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

➤ Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
  - проговаривать последовательность действий во время занятия;
  - учиться работать по определенному алгоритму

➤ Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

➤ Коммуникативные УУД:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

## Содержание программы

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.

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.

1. *Простые и усложненные игры-догонялки*, в которых одним приходится убежать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

2. *Игры-поиски*. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

3. *Игры с быстрым нахождением своего места*. В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

### **Весь материал разделяется на отдельные разделы:**

- раздел - «Русские народные игры», изучается с 1-го по 4-й класс.
- раздел - «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.
- раздел - «Эстафеты», изучается в 1-4-х классах.

#### цели изучения по каждому разделу

#### **«Русские народные игры»**

Цели: провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.



На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

### «Подвижные игры»

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

### «Эстафеты»

Цели: познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности

## Учебно - методическое и материально-техническое обеспечение

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших обучающихся в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности. К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших обучающихся; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком

Д – демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);

К – полный комплект (для каждого обучающегося);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 обучающихся);

П – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол-во
1	Основная литература для учителя	
1.1	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д

1.2	Программы по «Физической культуре» (для четырёхлетней начальной школы) (Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е.)	Д
1.3	Б.Б.Егоров, Ю.Е.Пересади́на: Физическая культура. Учебник . Книга 1. 1 – 2 классы. М., БАЛАСС, 2012г.	Ф
1.4	Рабочая программа по физической культуре	Д
2	Дополнительная литература для учителя	
2.1	О.А.Степанова: Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие.	Д
2.2	Ж.К., Холодов В.С. Кузнецов: Теория и методика физического воспитания и спорта - М. издательский дом «Академия» 2017г.	Д
2.3	Е.В.Конева: Спортивные игры: правила, тактика, техника – Ростов-на-Дону, издательство «Феникс», 2017г.	Д
2.4	Матвеев А. П. Методика преподавания физической культуры в 1 классе. – М., 2002	Д
3	Дополнительная литература для обучающихся	
3.1	Б.Б.Егоров, Ю.Е.Пересади́н: Физическая культура. Учебник . Книга 1. 1 – 2 классы. М., БАЛАСС, 2012г.	Ф
4	<i>Учебно-практическое оборудование</i>	
4.1	Бревно гимнастическое напольное	П
4.2	Козел гимнастический	П
4.3	Канат для лазанья	П
4.4	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	П
4.5	Стенка гимнастическая	П
4.6	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
4.7	Комплект навесного оборудования (перекладина, тренировочные баскетбольные щиты)	П

4.8	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	К
4.9	Палка гимнастическая	К
4.10	Скакалка детская	К
4.11	Мат гимнастический	П
4.12	Гимнастический подкидной мостик	Д
4.13	Кегли	К
4.14	Обруч детский	Д
4.15	Рулетка измерительная	К
4.16	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям	Д
4.17	Льжи детские (с креплениями и палками)	П
4.18	Щит баскетбольный тренировочный	Д
4.19	Сетка волейбольная	Д
4.20	Аптечка	Д

**Календарно - тематическое планирование  
кружка «Подвижные игры»  
1-й класс (33 часа)**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Гуси-лебеди	1	
2	У медведя во бору	1	
3	Филин и пташки	1	
4	Палочка- выручалочка	1	
5	Блуждающий мяч	1	
6	Классики	1	
7	Ловишка в кругу	1	
8	Пчелки и ласточки	1	

9	К своим флажкам	1	
10	Кот идет	1	
11	Северный и южный ветер	1	
12	Соревнования скороходов	1	
13	Колдунчики	1	
14	Аисты	1	
15	Пчелы и медведи	1	
16	Хитрая лиса	1	
17	Ловишки с приседаниями	1	
18	Переправа с досками	1	
19	Туннель	1	
20	Собери урожай	1	
21	На погрузке арбузов	1	
22	Принеси мяч	1	
23	Успей перебежать	1	
24	С мячом	1	
25	Весёлые старты	1	
26	Эстафета с мячом	1	
27	Эстафета со скакалкой	1	
28	Эстафета по кругу	1	
29	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1	
30	Принеси мяч	1	
31	Успей перебежать	1	
32	С мячом	1	
33	Весёлые старты	1	
Итого:	33 часа		

### Тематическое планирование 2 класс

№	Тема занятия	Характеристика деятельности учащихся или виды учебной деятельности	Планируемые результаты	Кол. час
Первое полугодие				
1.	Вводное занятие: инструкция по ТБ. «Гуси лебеди»	Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	1

2	«Салки»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1
3	«Догони меня»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры: прыжки через скакалку, «классики».	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1
4	«Вызов номеров»	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	1
5.	«День и ночь»	Подвижные игры. Эстафета по кругу. Самостоятельные игры Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	1
6.	«Волк во рву»	Равномерный бег. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Соревнования по подвижным играм	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	1
7.	«Горелки»	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Комбинированная эстафета Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	1
8.	«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам».	Прыжки. Подвижные игры. Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1
9.	«Удочка», «Аисты»	Прыжки. Подвижные игры. ». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие, самостоятельно	1

			играть в разученные игры.	
10	«Не намочи ног».	Подвижные игры. Эстафета с переноской предметов Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	1
11.	«Охотники и утки»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры	1
12.	«Пчёлки».	Подвижные игры. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	
13.	«Пятнашки», «Кот и мыши».	Подвижные игры. Эстафеты. Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.	1
14.	«Вышибалы».	Подвижные игры. Игры по выбору. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры.	1
15.	«Пустое место»	Подвижные игры. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Весёлые старты.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	1
16.	«Совушка»	Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	1
17.	«Подвижная цель»	Эстафета с мячами, скакалками Развитие скоростно-силовых способностей	Знать правила поведения во время игр, самостоятельно играть в разученные игры.	1
18.	«Попади в цель».	Игры на улице, по выбору	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	1
19.	«Два мороза»	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	1
20.	«Белые медведи»	Самостоятельные игры.	Знать правила поведения при	1

			играх, самостоятельно играть в разученные игры.	
21.	«Охотники и утки»	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	1
22.	«Казачьи разбойники»	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	1
23.	«Рыбаки и рыбки»	Самостоятельные игры.	Знать правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	1
24.	«Бросай – беги »	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	1
25.	«Сокол и мыши»	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.	Знать правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	1
26.	«Быстрая передача».	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. ». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	1
27.	«Мяч среднему», «Мяч соседу»	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафета с передачей 1 палочки. Самостоятельные игры	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	1
28.	«Зайцы в огороде».	Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель. Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	1
29.	«Подвижная цель».	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	1
30.	«Зайцы, сторож и Жучка»	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. Эстафета «Паровозик».	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом	1
31.	«Снайперы».	Подвижные игры.	Уметь выполнять бег в	1

		Комбинированная эстафета. Игры по выбору Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	
32.	«Играй, мяч не теряй»	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	1
33.	«Запрещённое движение» .	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом.	1
34	Весёлые старты. Итоговое занятие			1



### Тематическое планирование 3 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	УУД	Примечание
<b>Бессюжетные игры (9ч)</b>				
1	«Вороны и воробьи»	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	
2	«Ловишки - перебежки»	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	
3	«Паровозик»	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	
4	«Белые медведи»	1	Активно включаться в общение.	
5	«На одной ноге»	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	
6	«Петушиный бой»	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	
7	«Веселый бег»	1	Активно включаться в общение.	
8	«Попади в след»	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	
9	Игры по выбору	1		
<b>Игры-забавы (7ч.)</b>				
10	«Охота на тигра»	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	
11	«Донести рыбку»	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	

12	«Черепаша-путешественница»	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	
13	«Собери орехи»	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	
14	«Повяжу я шелковый платочек»	1	Активно включаться в общение.	
15	«Дриблинг»	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	
16	«Пролезь сквозь мешок»	1		
<b>Народные игры (8 ч.)</b>				
17	Русская народная игра «Краски»	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	
18	Русская народная игра «Стадо»	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	
19	Таджикская народная игра «Горный козел»	1	Активно включаться в общение.	
20	Украинская народная игра «Хлебец»	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	
21	Чеченская народная игра «Игра в башню»	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре другого народа.	
22	Дагестанская народная игра «Достань шапку»	1	Активно включаться в общение.	
23	Бурятская народная игра «Волк и ягнята»	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	
24	Казахская народная игра «Конное состязание»	1	Формирование уважительного отношения к	

			иному мнению, истории и культуре другого народа.	
<b>Любимые игры детей (10 ч.)</b>				
25	«Увернись от мяча»	1	Активно включаться в общение.	
26	«Сильный бросок»	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	
27	«Космонавты»	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	
28	«Второй лишний»	1	Проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленных целей.	
29	«Два мороза»	1	Общаться и взаимодействовать со своими сверстниками.	
30	«Большой мяч»	1	Формирование уважительного отношения к иному мнению.	
31	«Шлепанки»	1	Активно включаться в общение.	
32	«Прятки»	1	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями.	
33	«Из круга выбивало»	1		
34	Игры по выбору	1		

## Тематическое планирование 4 класс

### Командные игры, эстафеты

№ п/п	Тема занятий	Цели занятий	Виды учебной деятельности	Материалы, средства	Дата	
					По плану	По факту
1	2	3	4	5	6	7
1	Вводное занятие (инструктаж)	Провести инструктаж с учащимися; объяснить правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке; рассказать о режиме дня и личной гигиене, о значении физических упражнений для здоровья человека	Вводный инструктаж, беседа	Инструкции		
2	Командная игра «Борьба за мяч»	Учить играть в командную игру «Борьба за мяч»; развивать ловкость, быстроту реакции	Разучивание правил; подвижная игра	Мяч		
	Командная игра «Стой!»	Учить играть в командную игру «Стой!»	Разучивание правил; подвижная игра	Мяч		
4	Командные игры «Борьба за мяч» и «Стой!»	Закрепить правила в изученных играх. Учить играть самостоятельно в команде	Подвижные игры	Мяч		
5	Командная игра «Пионербол»	Учить играть в командную игру «Пионербол»; развивать ловкость, быстроту реакции	Разучивание правил; подвижная игра	Мяч		
6	Командная игра «Охотники и утки»	Учить играть в командную игру «Охотники и утки»; развивать ловкость, быстроту реакции	Разучивание правил; подвижная игра	Мяч		
7	Командная игра «Перестрелка»	Учить играть в командную игру «Перестрелка»; развивать ловкость, быстроту реакции	Разучивание правил; подвижная игра	Мяч		
8	Командная игра «Челнок»	Учить играть в командную игру «Челнок»; развивать умение прыгать с места, отталкиваясь	Разучивание правил; подвижная			

		двумя ногами	игра			
9	Командные игры «Пионербол», «Челнок»	Закрепить правила в изученных играх; учить <i>играть</i> самостоятельно в команде	Подвижные игры	Мяч		
10	Командные игры-эстафеты	Учить выполнять правила безопасного <i>поведения</i> при эстафетах; играть в команде; играть в подвижные игры с бегом, прыжками; владеть мячом	<i>Игры-эстафеты</i>	Мяч, обручи		
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17	Командная игра «Мяч среднему»	Учить играть в командную игру «Мяч среднему»; развивать ловкость, быстроту реакции	Разучивание правил; подвижная игра	Мяч		
18	Командная игра «Увертывайся от мяча!»	Учить играть в командную игру «Увертывайся от мяча!»; развивать ловкость, быстроту реакции	Подвижные игры	Мячи		
19	Командные игры-эстафеты	Учить выполнять правила безопасного <i>поведения</i> при эстафетах; играть в команде; играть в подвижные игры с бегом, прыжками; владеть мячом, верёвкой	<i>Игры-эстафеты</i>	Мяч, верёвки, мячи, обручи		
20	Командная игра «Мяч среднему»	Играть в командную игру «Мяч среднему»; развивать ловкость, быстроту реакции	Разучивание правил; подвижная игра	Мяч		
21	Командная игра «Городок»	Учить играть в командную игру «Городок», владеть мячом; развивать ловкость, быстроту реакции	Разучивание правил; подвижная игра	Мяч		
22	Командные игры «Мяч среднему» и	Закрепить правила в изученных играх; учить играть самостоятельно в команде,	Подвижные игры	Мяч		

	«Городок»	соблюдая правила				
23	Командная игра «Эстафеты зверей»	Учить играть в командную игру «Эстафеты зверей»; развивать ловкость, быстроту реакции	Подвижные игры			
24	Командная игра «Удочка командная»	Учить играть в командную игру «Удочка командная», владеть скакалкой; развивать ловкость, быстроту реакции	Подвижные игры	Скакалка		
25	Командные игры «Эстафеты зверей» И «Удочка командная»	Закрепить правила в изученных играх; учить играть самостоятельно в команде, соблюдая правила, владеть скакалкой	Подвижные игры	Скакалка		
26	Командная игра «Поймай и сядь!»	Учить играть в командную игру «Поймай и сядь»; развивать ловкость, быстроту реакции	Подвижные игры	Мяч		
27	Командная игра «Увертывайся от мяча!»	Закрепить правила «Увертывайся от мяча!»; развивать ловкость, быстроту реакции	Подвижные игры	Мяч		
28	Командные игры «Поймай и сядь!» и «Увертывайся от мяча!»	Закрепить правила в изученных играх; учить играть самостоятельно в команде, соблюдая правила, владеть скакалкой, мячом	Подвижные игры	Скакалка, мяч		
29	Командная игра «Лапта»	Познакомить с правилами народной командной игры «Лапта»; учить играть в команде, соблюдая правила, владеть мячом: держание, передача, ловля, броски	Разучивание правил; подвижная игра	Мячик, бита		
30						
31						
32	Мои любимые игры	Закрепить правила полюбившихся игр; учить играть самостоятельно, соблюдая правила	Подвижные игры			
33						
34	Итоговый урок					