

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Багдаринская средняя школа»

«СОГЛАСОВАНО»

Замдиректора по УВР

Ковалева Н.А.

«1» сентября 2023 года

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МАУ «Багдаринская СОШ»

Очиров Д.Б.

Приказ от «1» сентября 2023 года № 12

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»  
для 1–4-х классов**

**Разработал:**  
учитель физической культуры  
**Санданов Ч.Э.**

2023-2024 уч год

## Пояснительная записка

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- приказа Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- методических рекомендаций по организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных ФГОС НОО и ООО, направленных письмом Минпросвещения от 05.07.2022 № ТВ-1290/03;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;

Программа реализуется в рамках направления внеурочной деятельности.  
Форма организации внеурочной деятельности: кружок.

Программа «Подвижные игры» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных подвижных игр, развитию физических способностей.

Программа рассчитана на 4 года обучения: 1-й класс – по 1 часа в неделю (в год 66 ч.); 2–4-й классы – по 2 часа в неделю (68 ч в год). Общий объем учебного времени составляет 270 часов.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы, учащиеся 1-4 классов (6 – 11 лет).

Ожидаемый результат реализации программы «Подвижные игры»:

1 класс:

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.

2 класс:

- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.

3 класс:

- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.

4 класс:

- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;
- Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей, сохранение зачётной системы оценивания знаний, проведение конкурсов, соревнований).

Личностные результаты: оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие; умение выражать свои эмоции; понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами 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: умение оформлять свои мысли в устной форме слушать и понимать речь других; договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им; учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

Способы проверки знаний и умений:

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
- открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

### **Содержание курса внеурочной деятельности**

1-й класс

#### **I. Игры с бегом (8 часов).**

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

Практические занятия:

- Комплекс упражнений общеразвивающих упражнений (ОРУ) на месте. Игры "Фигуры", "Замри", "Классики", "Третий лишний".
- Комплекс упражнений ОРУ в движении. Игры "Салки", "Веселые ракеты", "Казаки-разбойники", "Цепи кованы", "Поймай хвост".
- Комплекс упражнений с предметами. Игры "Утки - охотники", "Лови-поймай", "Гуси - лебеди".
- Комплекс упражнений в круге. Игры "Отгадай чей голос?", "Мяч в кругу", "Не урони мяч".

#### **II. Игры с мячом (17 часов).**

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу», "Гусеница", "Перестрелка".
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели», "Перестрелка".
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей», "Перестрелка".

- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча.

Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель», "Перестрелка".

- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса, работа с набивными мячами. Игра "Охотники и утки", "Передал садись", "Перестрелка".

### III. Игра с прыжками (8 часов).

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

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». Игра "Петушинные бои". Игра "Кенгуру".

- 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 (6 часов).

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». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». Игра «Построение в шеренгу».

- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». Игра "Язычок".

### V. Народные игры (17 часов)

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".

### VI. Эстафеты (10 часов).

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.
- Эстафета "вызов номеров".

2-й класс

I. Игры с бегом (8 часов)

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». Игра "Лиса и куры".

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». " Веселые ракеты".
  - Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров».
- Игра «Пустое место». Игра «Невод».

- Упражнения с предметами. Игра «Колесо»  
«Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики». Игра «Челнок». Игра  
«Карусель».

II. Игры с мячом (19 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при играх с мячом.

Практические занятия:

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

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".

- Комплекс ОРУ в движении. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Гонка мячей".

- Комплекс ОРУ в круге. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "

### III. Игры с прыжками (8 часов)

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»

### IV. Игры малой подвижности (6 часов)

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

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». Игра «На новое место».

- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». Игра "Лабиринт".

- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». Игра «Что изменилось?».

### V. Народные игры (17 часов)

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".

#### VI. Эстафеты (10 часов)

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».

3-й класс

#### I. Игры с бегом (8 часов)

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». Игра «Пятнашки с домом». Игра «Дай руку».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки». Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Ловушки в кругу».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки». Игра «Много троих, хватит двоих».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».

#### II. Игры с мячом (19 часов)

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

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с малыми 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».

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".

III. Игры с прыжками (8 часов)

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 (6 часов)

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».

V. Народные игры (17 часов)

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

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы».
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".
- Игра "Русская лапта".

## VI. Эстафеты (10 часов)

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

Практические занятия:

- Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «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».

4-й класс

### I. Игры с бегом (8 часов).

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

### II. Игры с мячом (19 часов)

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 малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». Игра "Головой, ногой через сетку".
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». Игра "Головой, ногой через сетку".
- 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».

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол". Игра "Головой, ногой через сетку".

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".

III. Игры с прыжками (8 часов).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

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 (6 часов).

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». Игра "Городки".
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». Игра «Невидимки».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». Игра «Наблюдатели». Игра "Городки".

V. Народные игры (17 часов)

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".
- Игра "Русская лапта".

VI. Эстафеты (10 часов).

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).

### Календарно - тематическое планирование для 1 года обучения

№	Тема занятий	Кол-во часов	Форма контроля	Место проведения
1.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.  Значение подвижных игр для здорового образа жизни.  Комплекс упражнений ОРУ на месте. Игры "Фигуры", "Волки, зайцы, лисы", "Медведь и пчелы", "Третий лишний".	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
2.	Комплекс упражнений ОРУ в движении. Игры "У медведя во бору", "Веселые ракеты", "Краски", "Белые медведи".	2	наблюдение	Спортивная площадка
3.	Комплекс упражнений с предметами. Игры "Салки", "Шишки, желуди, орехи", "Удержи обруч", "Пустое место".	2	наблюдение	Спортивная площадка

4.	Комплекс упражнений в круге. Игры "Отгадай чей голос?", "Караси и Щуки", "Гуси - лебеди".	2	наблюдение	Спортивная площадка
5.	История возникновения игр с мячом.  Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу», "Гусеница", "Перестрелка".	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
6.	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели», "Перестрелка".	2	наблюдение	Спортивный зал
7.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей», "Перестрелка".	2	наблюдение	Спортивный зал
8.	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель», "Перестрелка".	2	наблюдение	Спортивный зал
9.	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра	2	наблюдение	Спортивный зал

	«Подвижная цель», "Перестрелка".			
10.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса, работа с набивными мячами. Игра "Охотники и утки", "Передал садись", "Перестрелка".	2	наблюдение	Спортивный зал
11.	Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.  Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». Игра "Петушьи бои". Игра "Кенгуру".	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
12.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».	2	наблюдение	Спортивный зал
13.	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».	2	наблюдение	Спортивный зал
14.	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	2	наблюдение	Спортивный зал

15.	<p>Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.</p> <p>Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.</p> <p>Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты». Игра «Кто быстрее встанет в круг».</p>	2	<p>Беседа</p> <p>наблюдение</p>	<p>Спортивный зал</p> <p>Спортивный зал</p>
16.	<p>Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». Игра «Построение в шеренгу».</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
17.	<p>Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». Игра "Язычок".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
18.	<p>Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.</p> <p>Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан - ба».</p>	2	<p>Беседа</p> <p>наблюдение</p>	<p>Спортивный зал</p> <p>Спортивная площадка</p>

19.	Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан - ба».	2	наблюдение	Спортивный зал
20.	Разучивание народных игр. Игра «Чижик».	2	наблюдение	Спортивный зал
21.	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота».	2	наблюдение	Спортивный зал
22.	Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".	2	наблюдение	Спортивный зал
23.	Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".	2	наблюдение	Спортивный зал
24.	Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.  Игра «Скатывание шаров».	2	беседа  наблюдение	Спортивный зал
25.	Игра «Гонки снежных комов».	2	наблюдение	Спортивный зал
26.	Игра «Гонки санок».	2	наблюдение	Спортивный зал
27.	Игра «Слаломисты».	2	наблюдение	Спортивный зал
28.	Игра «Черепахи».	2	наблюдение	Спортивный зал
29.	Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.  Беговая эстафеты.	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал

30.	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	2	наблюдение	Спортивный зал
31.	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.	2	наблюдение	Спортивный зал
32.	Эстафета "вызов номеров".	2	наблюдение	Спортивный зал
33.	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)  Подведение итогов	2	наблюдение  анкетирование	Спортивный зал

#### Календарно - тематическое планирование для 2 года обучения

№	Тема занятий	Кол-во часов	Форма контроля	Место проведения
1.	Правила безопасного поведения при проведении  игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.  Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи». Игра "Лиса и куры".	8	Беседа   наблюдение	Спортивный зал   Спортивная площадка
2.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра	2	наблюдение	Спортивная площадка

	«День и ночь». " Веселые ракеты".			
3.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место». Игра «Невод».	2	наблюдение	Спортивная площадка
4.	Упражнения с предметами. Игра «Колесо»  «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики». Игра «Челнок». Игра «Карусель».	2	наблюдение	Спортивная площадка
5.	Правила безопасного поведения при с играх мячом.  Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи», "Перестрелка".	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
6.	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч». Игра "Гусеница".	2	наблюдение	Спортивный зал
7.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». Игра "Перестрелка".	2	наблюдение	Спортивный зал

8.	<p>Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча</p> <p>Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». Игра "Мяч по полу".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
9.	<p>Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
10.	<p>Комплекс ОРУ в движении. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Гонка мячей".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
11.	<p>Комплекс ОРУ в круге. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Молекулы".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
12.	<p>Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.</p> <p>Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой</p> <p>Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».</p>	2	<p>Беседа</p> <p>наблюдение</p>	<p>Спортивный зал</p> <p>Спортивная площадка</p>
13.	<p>Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра</p>	2	наблюдение	Спортивный зал

	«Удочка». Игра «Кто выше»			
14.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».	2	наблюдение	Спортивный зал
15.	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»	2	наблюдение	Спортивный зал
16.	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.  Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». Игра «На новое место».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
17.	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». Игра "Лабиринт".	2	наблюдение	Спортивный зал
18.	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». Игра «Что изменилось?».	2	наблюдение	Спортивный зал
19.	История изучения и организации игр.	2	Беседа	Спортивный зал

	Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.  Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»		наблюдение	Спортивная площадка
20.	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	2	наблюдение	Спортивный зал
21.	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	2	наблюдение	Спортивный зал
22.	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	2	наблюдение	Спортивный зал
23.	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	2	наблюдение	Спортивный зал
24.	Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	2	наблюдение	Спортивный зал
25.	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.  Игра «Санные поезда».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивный зал
26.	Игра «На одной лыже».	2	наблюдение	Спортивный зал
27.	Игра «Езда на перекладных».	2	наблюдение	Спортивный зал
28.	Игра "Слаломисты".	2	наблюдение	Спортивный зал

29.	Игра "Воротца".	2	наблюдение	Спортивный зал
30.	Правила безопасного поведения при проведении эстафет  Способы деления на команды. Считалки.  Веселые старты.	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
31.	Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	2	наблюдение	Спортивный зал
32.	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	2	наблюдение	Спортивный зал
33.	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	2	наблюдение	Спортивный зал
34.	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	2	наблюдение  анкетирование	Спортивный зал

### Календарно - тематическое планирование для 3 года обучения

№	Тема занятий	Кол-во часов	Форма контроля	Место проведения
1.	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.  Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок». Игра «Пятнашки с домом». Игра «Дай руку».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка

2.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки». Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Ловушки в кругу».	2	наблюдение	Спортивная площадка
3.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки». Игра «Много троих, хватит двоих».	2	наблюдение	Спортивная площадка
4.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».	2	наблюдение	Спортивная площадка
5.	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.  Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
6.	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»  Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».	2	наблюдение	Спортивный зал
7.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».	2	наблюдение	Спортивный зал

8.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта».	2	наблюдение	Спортивный зал
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".	2	наблюдение	Спортивный зал
10.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".	2	наблюдение	Спортивный зал
11.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".	2	наблюдение	Спортивный зал
12.	Правила техники безопасности при игре с прыжками.  Для чего человеку важно уметь прыгать.  Виды прыжков. Разучивание считалок.  Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».	2	Беседа      наблюдение	Спортивный зал      Спортивная площадка
13.	Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».	2	наблюдение	Спортивный зал
14.	Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».	2	наблюдение	Спортивный зал
15.	Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».	2	наблюдение	Спортивный зал

16.	<p>Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.</p> <p>Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».</p>	2	<p>Беседа</p> <p>наблюдение</p>	Спортивный зал
17.	<p>Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.</p> <p>Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
18.	<p>Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
19.	<p>Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.</p> <p>Разучивание народных игр. Игра "Горелки".</p>	2	<p>Беседа</p> <p>наблюдение</p>	<p>Спортивный зал</p> <p>Спортивный зал</p>
20.	<p>Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы».</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
21.	<p>Разучивание народных игр. Игра "Мишени".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал

22.	Игра "Русская лапта".	2	наблюдение	Спортивный зал
23.	Игра "Русская лапта".	2	наблюдение	Спортивный зал
24.	Игра "Русская лапта".	2	наблюдение	Спортивный зал
25.	Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.  Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.  Игра «Строим крепость».	2	Беседа   наблюдение	Спортивный зал   Спортивная площадка
26.	Игра «Взятие снежного городка».	2	наблюдение	Спортивный зал
27.	Игра «Меткой стрелок».	2	наблюдение	Спортивный зал
28.	Игра "Слаломисты".	2	наблюдение	Спортивный зал
29.	Игра "Воротца".	2	наблюдение	Спортивный зал
30.	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.  Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».	2	Беседа   наблюдение	Спортивный зал

31.	Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».	2	наблюдение	Спортивная площадка
32.	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».	2	наблюдение	Спортивная площадка
33.	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	2	наблюдение	Спортивная площадка
34.	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	2	наблюдение анкетирование	Спортивный зал

#### Календарно - тематическое планирование для 4 года обучения

№	Тема занятий	Кол-во часов	Форма контроля	Место проведения
1.	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.  Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка

2.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Воробушки и кот». Игра «Пятнашки маршем».	2	наблюдение	Спортивная площадка
3.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». «Скороходы и бегуны».	2	наблюдение	Спортивная площадка
4.	Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки». Игра «Игра «Без пары».	2	наблюдение	Спортивная площадка
5.	<p>Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.</p> <p>Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». Игра "Головой, ногой через сетку".</p>	2	<p>Беседа</p> <p>наблюдение</p>	Спортивный зал
6.	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». Игра "Головой, ногой через сетку".	2	наблюдение	Спортивный зал

7.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»  Игра «Защищай ворота».	2	наблюдение	Спортивный зал
8.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».  Игра «Мяч в центре».	2	наблюдение	Спортивный зал
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол". Игра "Головой, ногой через сетку".	2	наблюдение	Спортивный зал
10.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".	2	наблюдение	Спортивный зал
11.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".	2	наблюдение	Спортивный зал
12.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр  Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.  Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».	2	Беседа   наблюдение	Спортивный зал   Спортивная площадка
13.	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди,	2	наблюдение	Спортивный зал

	орехи».Игра «белые медведи».			
14.	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	2	наблюдение	Спортивный зал
15.	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	2	наблюдение	Спортивный зал
16.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.  Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет». Игра "Городки".	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
17.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». Игра «Невидимки».	2	наблюдение	Спортивный зал
18.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». Игра «Наблюдатели». Игра "Городки".	2	наблюдение	Спортивный зал

19.	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.  Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
20.	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	2	наблюдение	Спортивный зал
21.	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	2	наблюдение	Спортивный зал
22.	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	2	наблюдение	Спортивный зал
23.	Игра "Русская лапта".	2	наблюдение	Спортивный зал
24.	Игра "Русская лапта".	2	наблюдение	Спортивный зал
25.	Правила безопасного поведения  при катании на лыжах, санках.  Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.  Игра «Снежком по мячу».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
26.	Игра «Пустое место».	2	наблюдение	Спортивный зал

27.	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	2	наблюдение	Спортивный зал
28.	Игра «Быстрый лыжник».	2	наблюдение	Спортивный зал
29.	Игра «Быстрый лыжник».	2	наблюдение	Спортивный зал
30.	<p>Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.</p> <p>Способы деления на команды. Повторение считалок.</p> <p>Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.</p>	2	<p>Беседа</p> <p>наблюдение</p>	Спортивный зал
31.	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	2	наблюдение	Спортивная площадка
32.	Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	2	наблюдение	Спортивная площадка
33.	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	2	наблюдение	Спортивная площадка

34.	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	2	наблюдение  анкетирование	Спортивный зал

Список литературы:

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Керман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
8. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А. «Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г