

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кузбасса

Управление образования администрации Мариинского муниципального округа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 1 имени Героя Советского Союза Григория Васильевича Баламуткина»

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом МБОУ «СОШ №1
имени Героя Советского Союза
Г.В. Баламуткина»
№ 317 от 31.08.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
(внеурочная деятельность
по спортивно- оздоровительному направлению)
для 2-4 классов

Мариинск
2024

Содержание курса внеурочной деятельности

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности. Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: *викторины, конкурсы, ролевые игры, выполнение заданий соревновательного характера, оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ), результативность участия в конкурсных программах и др.*

«Подвижные игры»

2 класс (34 часа)

Игры с бегом (6 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»

- 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».

Игры с прыжками (4 часа)

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»

Игры с мячом (6 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при играх с 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. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

Игры малой подвижности (4 часа)

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?»

Зимние забавы (4 часа)

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»

Эстафеты (5 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».

Народные игры (5 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".

3 класс (34 часа)

Игры с бегом (5 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».
 - Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и птички»
 - 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»

Игры с мячом (5 часов)

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»

Игры с прыжками (5 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?».

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».
- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

Зимние забавы (3 часа)

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».

Эстафеты (6 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».

Народные игры (4 часа)

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".

4 класс (34 часа)

Игры с бегом (5 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 «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».

Игры с мячом (5 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».
- 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».

Игры с прыжками (5 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».

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».
- 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».

Зимние забавы (3 часа)

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 (5 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)

Народные игры (5 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".

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты освоения программы начального общего образования отражают готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе, в том числе в части:

Гражданско-патриотического воспитания:

становление ценностного отношения к своей Родине - России;
осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
уважение к своему и другим народам;
первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Духовно-нравственного воспитания:

признание индивидуальности каждого человека;
проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

Эстетического воспитания:

уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;
стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Трудового воспитания:

осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

Экологического воспитания:

бережное отношение к природе;
неприятие действий, приносящих ей вред.

Ценности научного познания:

первоначальные представления о научной картине мира;
познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

Метапредметные результаты освоения программы начального общего образования отражают:

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии; объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;

определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;

выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;

устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

2) базовые исследовательские действия:

определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;

с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;

сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);

проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть - целое, причина - следствие);

формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);

прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

3) работа с информацией:

выбирать источник получения информации;

согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;

соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет;

анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;

самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;

проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;

признавать возможность существования разных точек зрения;

корректно и аргументированно высказывать свое мнение;

строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;

создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);

готовить небольшие публичные выступления;

подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

2) совместная деятельность:

формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

ответственно выполнять свою часть работы;

оценивать свой вклад в общий результат;

выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

планировать действия по решению учебной задачи для получения результата; выстраивать последовательность выбранных действий;

2) самоконтроль:

устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;

корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

**Тематическое планирование
2 класс**

| № п/п | Наименование разделов и тем | Количество академических часов | Использование электронных (цифровых) образовательных ресурсов | Форма проведения занятий |
|---------------|-----------------------------|--------------------------------|---|----------------------------|
| 1. | Игры с бегом. | 6 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 2. | Игры с прыжками | 4 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 3. | Игры с мячом | 6 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 4. | Игры малой подвижности | 4 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 5. | Зимние забавы | 4 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 6 | Эстафеты | 5 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 7. | Русские – народные игры | 5 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| ВСЕГО: | | 34 | | |

**Тематическое планирование
3 класс**

| № п/п | Наименование разделов и тем | Количество академических часов | Использование электронных (цифровых) образовательных ресурсов | Форма проведения занятий |
|-------|-----------------------------|--------------------------------|---|----------------------------|
| 1. | Игры с бегом. | 5 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 2. | Игры с прыжками | 5 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 3. | Игры с мячом | 5 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. |

| | | | | |
|---------------|------------------------|-----------|---|----------------------------|
| | | | | Игровое занятие |
| 4. | Игры малой подвижности | 6 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 5. | Зимние забавы | 3 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 6. | Эстафеты | 6 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 7. | Народные игры. | 4 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| ВСЕГО: | | 34 | | |

Тематическое планирование

4 класс

| № п/п | Наименование разделов и тем | Количество академических часов | Использование электронных (цифровых) образовательных ресурсов | Форма проведения занятий |
|---------------|-----------------------------|--------------------------------|---|----------------------------|
| 1. | Игры с бегом. | 5 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 2. | Игры с прыжками | 5 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 3. | Игры с мячом | 5 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 4. | Игры малой подвижности | 6 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 5. | Зимние забавы | 3 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 6. | Эстафеты | 5 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| 7. | Народные игры. | 5 | https://www.fizkultura.ru/mobile_game | Беседа. Игровое занятие |
| ВСЕГО: | | 34 | | |

Календарно-тематическое планирование

2 класса

| № п/п | Тема занятия | Количество часов |
|----------|---|---------------------|
| 1 | Правила поведения на занятиях, инструктаж по технике безопасности по подвижным играм. Эстафеты с мячом. | 1 |
| 2 | Подвижные игры: «Овладей мячом», «Мяч ловцу», «Подвижная мишень», «Попади в кольцо» | 1 |
| 3 | Занятие на развитие внимания. Игры: «Стоп сигнал», «Узнай себя», «Мяч соседу», «Да или нет», «Тише едешь - дальше будешь!» | 1 |
| 4 | Подвижные игры: «Мы веселые ребята», «Кошки-мышки», Пустое место», «Третий - лишний» | 1 |
| 5 | Занятия на развитие быстроты. Проведение игр: «Стрелки», «Пустое место», «Совушка», «Салки», «Круговая охота». | 1 |
| 6 | Занятие на развитие быстроты. Эстафеты с мячом. Подвижные игры: «Бег в упряжи», салки «Осьминог», «Успей найти партнера». | 1 |
| 7 | Здоровый образ жизни, значение физических упражнений для укрепления здоровья. Занятия на развитие прыгучести. Прыжки на скакалке. Игры: «Удочка», «Чехарда». | 1 |
| 8 | Игры на закрепление навыков прыгучести: «Прыжки по кочкам», «Волки и зайцы», «Кто дальше», «Удочка», «Бой петухов». | 1 |
| 9 | Занятия на развитие выносливости. Бег. Многоскоки. Игры: «Пятнашки», «Прыгуны». | 1 |
| 10 | Подвижные игры: «Два мороза», «Мяч капитану», «Охотники и утки», «Мини-баскетбол» | 1 |
| 11 | Занятие на развитие ловкости. Передача и ловля мяча в парах. Игры: «Охотники», «Хоккей». | 1 |
| 12 | Игры на развитие ловкости: «Поймай мяч!», «Тигр, отними мяч!», «Охотники и утки», «Подвижная цель», «Брось и догони». | 1 |
| 13 | Занятия на развитие силовых качеств. Броски мяча двумя руками из-за головы. Игра: «Тяни в круг». | 1 |
| 14 | Игры на развитие силовых качеств: «Бой всадников», «Кто дальше», «Гонка тачек», «Перетягивание каната», «Кто устоит», «Не задень мяча». | 1 |
| 15 | Игры на сплочение коллектива: «Амеба», «Передай другому», «Троллейбус», «Проводник», «Паровозик» | 1 |
| 16 | Игры на сплочение коллектива: «Йоги», «Рукопожатие», «Паутина», «Клубок», «Поймай друга». | 1 |
| 17 | Эстафеты с бегом и прыжками. | 1 |
| 18 | Знакомство с баскетбольным мячом. Подбрасывание и ловля мяча, катание мяча. Игры: «Играй, играй - мяч не теряй», «Будь внимателен!» | 1 |
| 19 | Занятие с баскетбольным мячом. Подбрасывание мяча вверх и ловля его после отскока. Подвижные игры: «Десять передач», «Обгони мяч». Произвольная игра детей с мячом на площадке. | 1 |
| 20 | Занятие с баскетбольным мячом. Ведение мяча правой и левой рукой на месте и в движении. Бросок одной рукой от плеча. Игры: «За мячом», «Попади в обруч!». | 1 |
| 21 | Закрепление навыков работы с баскетбольным мячом. Игры: «Попади в кольцо!», «Змейка», «Кто дальше». | 1 |
| 22 | Подвижные игры: «Пустое место», «Пятнашки», «Кто вперед!», «Салки» | 1 |
| 23 | Знакомство с футбольным мячом. Ведение мяча ногами по прямой и между флажками на различной скорости, жонглирование мяча ногами. Игра: «Убойный футбол» | 1 |
| 24 | Занятие с футбольным мячом. Игры «Футбольный городок», «Попади в ворота», «Убойный футбол», «Мяч в кругу» | 1 |
| 25 | Занятие с футбольным мячом. Игры: «Лучший вратарь», «Мини-футбол», «Змейка», «Полоса препятствий» | 1 |
| 26 | Закрепление навыков работы с футбольным мячом. Игры: «Футбол через скамейку», «Футбол лежа», «Кати мяч», «Попади мячом» | 1 |
| 27 | Эстафеты с мячом. | 1 |
| 28 | Подвижные игры на развитие вестибулярного аппарата: «Стой на одной ноге!», «Цапля», «Пройди по веревочке» | 1 |
| 29 | Подвижные игры на развитие координации: «Борьба за мяч», «перестрелка», мини-баскетбол, мини-футбол, пионербол. | 1 |

| | | |
|----|--|---|
| 30 | Упражнения «Школы мяча». Знакомство с игрой «пионербол». Игра: «Пионербол» (облегченный вариант) | 1 |
| 31 | Подвижные игры: «Поймай мяч», «Выбей водящего», «Сбей мяч», «Всадники с мячом» | 1 |
| 32 | Подвижные игры: «Защитим товарища», «Лохматый пес», «Белый шаман», «Угадай и догони» | 1 |
| 33 | Знакомство с теннисным мячом. Упражнения «Школа мяча» с теннисным мячом. Игры: «Прокати мяч» | 1 |
| 34 | Закрепление навыков работы с теннисным мячом. Игры: «Броуновское движение», «Донеси – не урони». | 1 |

Календарно-тематическое планирование

3 класса

| № п/п | Тема занятия | Количество часов |
|-------|--|------------------|
| 1 | Правила поведения на занятиях, техника безопасности по подвижным играм. Эстафеты с мячом. | 1 |
| 2 | Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка», «Челнок» | 1 |
| 3 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место», «Филин и пташки» | 1 |
| 4 | Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки с домом», «Прерванные пятнашки», «Круговые пятнашки». | 1 |
| 5 | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки», «Ловушки в кругу», «Много троих, хватит двоих» . | 1 |
| 6 | Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок | 1 |
| 7 | Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху», «Свечи ставить» | 1 |
| 8 | Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» , «Зевака», «Летучий мяч». | 1 |
| 9 | Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга», «Защищай город». | 1 |
| 10 | Комплекс ОРУ с мячами. «Гонка мячей», «Попади в цель». | 1 |
| 11 | Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок. | 1 |
| 12 | Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот», «Дедушка – рожок». | 1 |
| 13 | Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек», «Лошадки». | 1 |
| 14 | Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой», «Борьба за прыжки». | 1 |
| 15 | Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге», «Кто первый?». | 1 |
| 16 | Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность. | 1 |
| 17 | Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит», «Запрещенное движение», «Перемена мест». | 1 |
| 18 | Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко», « Море волнуется». | 1 |
| 19 | Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка», «Колечко». | 1 |
| 20 | Комплекс ОРУ. Игра «Краски», «Перемена мест». | 1 |
| 21 | Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность. | 1 |
| 22 | Игра «Строим крепость». | 1 |
| 23 | Игра «Взятие снежного городка», «Меткой стрелок». | 1 |
| 24 | Игра «Лепим снеговика». | 1 |
| 25 | Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы. | 1 |
| 26 | Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка». | 1 |
| 27 | Эстафета «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке». | 1 |
| 28 | Эстафета «Челночный бег», «По цепочке». | 1 |
| 29 | Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд». | 1 |
| 30 | Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках. | 1 |
| 31 | Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди» | 1 |
| 32 | Разучивание народных игр. Игра "Горелки" | 1 |
| 33 | Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы» | 1 |

| | | |
|----|--|---|
| 34 | Разучивание народных игр. Игра "Мишени". | 1 |
|----|--|---|

Календарно-тематическое планирование

4 класса

| № п/п | Тема занятия | Количество часов |
|-------|---|------------------|
| 1 | Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок | 1 |
| 2 | Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек». | 1 |
| 3 | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта | 1 |
| 4 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». 1 | 1 |
| 5 | Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки» | 1 |
| 6 | Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. | 1 |
| 7 | Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». | 1 |
| 8 | Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники» | 1 |
| 9 | Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защитой ворота». | 1 |
| 10 | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».Игра «Мяч в центре». | 1 |
| 11 | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок. | 1 |
| 12 | Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде» | 1 |
| 13 | Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи». | 1 |
| 14 | Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка» | 1 |
| 15 | Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы». | 1 |
| 16 | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр | 1 |
| 17 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет». | 1 |
| 18 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф» | 1 |
| 19 | . Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее». | 1 |
| 20 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». | 1 |
| 21 | Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение. | 1 |
| 22 | Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место». | 1 |
| 23 | Игра «Кто дальше» (на лыжах). | 1 |
| 24 | Игра «Быстрый лыжник». | 1 |
| 25 | Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок | 1 |
| 26 | Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами. | 1 |
| 27 | Эстафета с лазанием и перелезанием, | 1 |
| 28 | Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами». | 1 |
| 29 | Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи) | 1 |
| 30 | Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр. | 1 |
| 31 | Разучивание народных игр. Игра "Салки" | 1 |
| 32 | Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина". | 1 |
| 33 | Разучивание народных игр. Игра "Коршун". | 1 |
| 34 | Разучивание народных игр. Игра "Бабки". | 1 |