

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области
Администрация муниципального образования «Цильнинский район»
Ульяновской области в лице Управления образования администрации
Новоалгашинская СШ

РАССМОТРЕНО

На заседании педсовета

СОГЛАСОВАНО

Заместитель по ВР

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Протокол №1 от «30»
августа 2024 г.

[

Долгова П.Н.
Протокол №1 от «30»
августа 2024 г.

Утриванова Н.М.
Приказ №107 от «30»
августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(ID 6253580)

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

для обучающихся 1-4 классов

с.Новые Алгаши 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "Подвижные игры"

Программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою

художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ"

Цель программы- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ" В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс — 33 часа в год, 2-4 классы -34 часа в год.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ"

Формы проведения : коллективная и групповая.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ"

1 КЛАСС

Игры с бегом. (6ч)

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

Практические занятия:

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

Игры с мячом. (6 часов)

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

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

Игра с прыжками. (4 часа)

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

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Лягушата и цапля».

- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- Комплекс ОРУ со скакалкой . Игра «Выше ножки от земли».

Игры малой подвижности. (5 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».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «Кто быстрее встанет в круг».

Зимние забавы. (3 часа)

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

Практические занятия:

- Игра «Гонки снежных комов».
- Игра «Мяч из круга».
- Игра «Гонка с шайбами».

Эстафеты. (4 часа)

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

Практические занятия:

- Беговая эстафеты.
- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)

Народные игры. (5 часов)

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

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Чижик»
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»
- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".

2 КЛАСС

Игры с бегом (5 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 «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»

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

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза».

Игры с прыжками (5 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».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку».

Игры с мячом (5 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
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.

Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

Игры малой подвижности (6 часов)

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

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Карлики и великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышки».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Чемпионы скакалки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

Зимние забавы (3 часа)

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

Практические занятия:

- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «Езда на перекладных»

Эстафеты (6 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет
Способы деления на команды. Считалки

Практические занятия:

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

Народные игры (4 часа)

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

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 пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». 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 малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Попади в цель».

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».
- Комплекс ОРУ. Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра «Кто первый?».

Игры малой подвижности (6 часов)

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

Практические занятия

- Игры на внимательность. Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.

Игры «Колечко». Игра «Море волнуется».

- Комплекс ОРУ. 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 «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

Эстафеты (6 часов)

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

Практические занятия:

- Эстафеты «Скакалка под ногами»
- Эстафета «По цепочке», «Вызов номеров»
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя»

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

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 «Русская лапта»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу».

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».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»

Игра «Защитай ворота».

- Комплекс ОРУ с мячами.

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 «Белые медведи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка».

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?».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Наблюдатели».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты»

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 (6 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 (4 часа)

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

Практические занятия:

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностными результатами программы внеурочной деятельности «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
 - ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
 - способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
 - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
 - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
 - освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
 - развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобили
 - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.
2. **Познавательные УУД:**
- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
 - перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
 - преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
 - устанавливать причинно-следственные связи.
3. **Коммуникативные УУД:**
- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
 - адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры с бегом. ТБ. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «У медведя во бору» Игра «Фигуры» Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	6	Техника безопасности при выполнении физических упражнений Игры на закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей	Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих. Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок.	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

2

Игры с мячом
Игра «Мяч по полу».
Комплекс ОРУ с мячом «Мячик».
Игра «Метко в цель».
Игра «Бегуны и метатели».
Игра «Гонка мячей».
Игра «Мяч соседу».

6

Варианты передачи и ловли мяча ,бросков,ударов по воротам,ведения.Игры на закрепление и совершенствование метания на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движения

Обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам).
Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих.
Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок.
Обучаются

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

3

Игры с прыжками
Игра «Прыгающие воробышки».
Игра «Лягушата и цапля».
Игра «Зеркало».
Игра «Выше ножки от земли».

4

Игры на закрепление
и совершенствование
навыков в прыжках,
развитие скоростно-
силовых
способностей

самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении
игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

4

Игры малой подвижности
Игра «Альпинисты».
Игра «Красный, зелёный».
Игра «Поезд».
Игра «Копна – тропинка – кочки».
Игра «Кто быстрее встанет в круг».

5

Игры для
формирования
правильной осанки,
укрепления
мышечного корсета.

игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении
игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются

Физкульт.Ура
https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

5	<p>Зимние забавы Игра «Гонки снежных комов». Игра «Мяч из круга». Игра «Гонка с шайбами».</p>	3	<p>Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.</p>	<p>способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам). Играют в разученные подвижные игры. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих. Разучивают игровые действия и</p>	<p>Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
---	---	---	--	--	---

6	<p>Эстафеты Беговая эстафеты. Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)</p>	4	<p>Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения</p>	<p>правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам). Играют в разученные подвижные игры. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих.</p>	<p>Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
---	--	---	---	---	---

7

Русские народные игры
Игра «Золотые ворота»
Игра «Чижик»
Игра «Чижик»

5

Игры различных
народов,
проживающих в
России.

Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении

Физкульт.Ура
https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО
ПРОГРАММЕ**

33

игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры с бегом ТБ. Игра «Вороны и воробьи» Игра «Совушка». Игра «День и ночь». Игра «Вызов номеров» Игра «Два мороза».	5	Техника безопасности при выполнении физических упражнений. Игры на закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей.	Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих. Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

2

Игры с прыжками
Игра «Салки на одной ноге»
Игра «Кто выше»
Игра «Пингвины с мячом».
Игра «Поймай лягушку».

5

Игры на закрепление
и
совершенствование
навыков в прыжках,
развитие скоростно-
силовых
способностей

самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении
игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки

Физкульт.Ура
[https://www.fizkult-
ura.ru/mobile_game](https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game)

3

Игры с мячом
Игра «Свечи».
Игра «Передал – садись».
Игра «Рак пятится назад».
Игра «Кто самый меткий».
Игра «Не упусти мяч»

5

Варианты передачи
ловли
мяча,бросков,ударов
по воротам,ведения.
Игры на закрепление
и
совершенствование
метания на
дальность и
точность, развитие
способностей к
дифференцированию
параметров
движения

игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении
игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются

Физкульт.Ура
https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

4 Игры малой подвижности
Игра «Карлики и великаны».
Игра «Кошка и мышка».
Игра «Чемпионы скакалки».
Игра «На новое место».
Игра «Лабиринт».
Игра «Что изменилось?»

6

Игры для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам). Играют в разученные подвижные игры. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих. Разучивают игровые действия и

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

5	<p>Зимние забавы Зимние забавы Игра «Санные поезда». Игра «Езда на перекладных»</p>	3	<p>Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.</p>	<p>правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам). Играют в разученные подвижные игры. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих.</p>	<p>Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game</p>
---	--	---	---	---	--

6

Эстафеты
Эстафеты «Бег сороконожек».
Эстафеты «Бег по кочкам»,
Эстафеты «Скорый поезд».
Эстафеты «Чемпионы скакалки»,
«Вьюны».
Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

6

. Знакомство с
правилами эстафет.
Развитие быстроты
реакций, внимание,
навыки
передвижения

Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

7

Русские народные игры
Игра «Чехорда»
Игра «Бегунок»
Игра «Верёвочка»

4

Игры различных
народов,
проживающих в
России.

игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;

Физкульт. Ура
https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

Игра "Дедушка - сапожник".

используют их при распределении игровых ролей среди играющих. Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам). Играют в разученные подвижные игры.

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры с бегом ТБ. Игра «Челнок». Игра «Змейка». Игра «Филин и пташки» Игра «Круговые пятнашки» Игра «Много троих, хватит двоих»	5	Техника безопасности при выполнении физических упражнений. Игры на закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей.	Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих. Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

2

Игры с мячом
Игра «Свечи ставить»
Игра «Мячик кверху».
Игра «Летучий мяч».
Игра «Защищай город»
. Игра «Попади в цель».

5

Варианты передачи и
ловли
мяча,бросков,ударов
по воротам,ведения.
Игры на закрепление и
совершенствование
метания на дальность
и точность, развитие
способностей к
дифференцированию
параметров движения

самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении
игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки

Физкульт.Ура
https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

3

Игры с прыжками
Игра «Дедушка – рожок»
Игра «Воробушки и кот».
Игра «Переселение лягушек».
Игра «Борьба за прыжки»
Игра «Кто первый?».

5

Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей

игровых площадок.
Обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам).
Играют в разученные подвижные игры.
Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих.
Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

4 Игры с малой подвижности
Игра «Перемена мест».
Игра «Запрещенное движение».
Игра «Море волнуется»
Игра «Колечко».
Игра «Краски».
Игра «Перемена мест»

6

Игры для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам). Игры в разученные подвижные игры. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих. Разучивают игровые действия и

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

5

Зимние забавы
Игра «Строим крепость».
Игра «Меткий стрелок».
Игра «Лепим снеговика».

3

Закаливание и его
влияние на организм.
Правила безопасного
поведения при катании
на лыжах,
санках. Осторожно, лед!

правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении
игровых ролей
среди
играющих.

Физкульт. Ура
https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

6

Эстафет
Игра «Скакалка под ногами».
Эстафета «Вызов номеров».
Эстафета «По цепочке».
Эстафета «Ведерко с водой»,
Эстафета «Нитки наматывать».
Эстафета «Кати большой мяч
вперед себя».

6

. Знакомство с
правилами эстафет.
Развитие быстроты
реакций, внимание,
навыки передвижения

Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

7

Народные игры
Игра «Гуси - лебеди»
Игра «Гуси - лебеди»
Игра «Мотальщицы»
Игра "Мишени".

4

Игры различных
народов,
проживающих в
России.

игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

используют их
при
распределении
игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры с бегом ТБ. Игра «Мешочек». Игра «Бег командами» Игра «Ловкие ребята». Игра «Пятнашки в кругу».	5	Техника безопасности при выполнении физических упражнений. Игры на закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей	Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих. Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

2

Игры с мячом
Игра «Мяч среднему».
Игра «Мяч в центре».
Игра «Мяч – соседу».
Игра «Отгадай, кто бросил.

5

Варианты передачи и ловли мяча, бросков, ударов по воротам, ведения. Игры на закрепление и совершенствование метания на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движения

самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам). Игры в разученные подвижные игры. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих. Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки

Физкульт. Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

3

Игры с прыжками
Игра «Зайцы в огороде».
Игра «Туда- обратно».
Игра «белые медведи».
Игра «Карусели».
Игра «Ловушка».

5

Игры на закрепление
и совершенствование
навыков в прыжках,
развитие скоростно-
силовых способностей

игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении
игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются

Физкульт.Ура
https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

4 Игры малой подвижности
Игра «Что изменилось?».
Игра «Что изменилось?».
Игра «Точный телеграф».
Игра «Наблюдатели».
Игра «Ориентирование без карты».
Игра «Пустое место».

6

Игры для
формирования
правильной осанки,
укрепления
мышечного корсета.

способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.
Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;
используют их
при
распределении
игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

5

Зимние забавы
Игра «Снежком по мячу».
Игра «Кто дальше»
Игра «Быстрый лыжник».

3

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

правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам). Играют в разученные подвижные игры. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих.

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

6

Эстафета

«Кто первый?» эстафета парами.
Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча.

Эстафета с лазанием и перелезанием,
Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической

6

. Знакомство с правилами эстафет.
Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения

Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок. Обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам). Играют в разученные подвижные игры.

Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении

Физкульт.Ура
https://www.fizkultura.ru/mobile_game

скамейки, «веревочка под ногами».
Эстафета с предметами (скакалки,
мячи, обручи)

игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.

Разучивают
считалки для
проведения
совместных
подвижных игр;

Физкульт.Ура
https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

Народные игры
Игра «Салки с домом»
Игра "Малечина - колечина".
Игра "Коршун"
Игра "Бабки".

4

Игры различных
народов,
проживающих в
России.

7

используют их
при
распределении
игровых ролей
среди
играющих.
Разучивают
игровые
действия и
правила
подвижных игр,
обучаются
способам
организации и
подготовки
игровых
площадок.
Обучаются
самостоятельной
организации и
проведению
подвижных игр
(по учебным
группам).
Играют в
разученные
подвижные
игры.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игра с бегом	6	0	6	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игры с прыжками	4	0	4	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Игры с мячом	6	0	6	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Игры малой подвижности	5	0	5	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5	Зимние забавы	3	0	1	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6	Эстафеты	4	0	4	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Русские народные игры	5	0	5	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО		33	0	31	

ПРОГРАММЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игры с бегом	5	0	5	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игры с мячом	5	0	5	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Игры с прыжками	5	0	5	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Игры малой подвижности	6	0	6	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5	Зимние забавы	3	0	3	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6	Эстафеты	6	0	6	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Народные игры	4	0	4	Физкульт. Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игры с бегом	5	0	5	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игры с мячом	5	0	5	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Игры с прыжками	5	0	5	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Игры малой подвижности	6	0	6	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5	Зимние забавы	3	0	3	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6	Эстафеты	6	0	6	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Народные игры	4	0	4	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игры с бегом	5	0	5	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игры с мячом	5	0	5	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Игры с прыжками	5	0	5	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Игры малой подвижности	6	0	6	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5	Зимние забавы	3	0	3	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6	Эстафеты	6	0	6	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Народные игры	4	0	4	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

