

Департамент социальной политики
Администрации города Кургана
Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение города Кургана «СОШ № 45»

ПРИНЯТА на заседании педагогического совета протокол № <u>1</u> от « <u>30</u> » <u>08</u> 2023 г.	УТВЕРЖДАЮ: Директор МБОУ «СОШ № 45» _____/ Ю.В. Баинова / приказ № <u>234/1</u> от « <u>01</u> » <u>09</u> 2023г.
--	--

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа физкультурно-спортивной спортивно направленности
«Час подвижных игр»

Возраст обучающихся: 6 - 11 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Шокол Светлана Викторовна, педагог
дополнительного образования

г. Курган 2023 год

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «Час подвижных игр» реализует спортивно – оздоровительное направление, и рассчитана на учащихся начальной школы, увлекающихся подвижными играми.

Данная программа направлена на поддержание народных традиций, на обучение самому веселому и радостному занятию – народным играм и, вместе с тем, на совершенствование двигательных функции учащихся, в результате чего формируется новый, более высокий уровень развития таких физических качеств, как быстрота, сила, ловкость, выносливость, осваиваются новые виды движений. Знакомство с русскими народными играми, играми народов России является неотъемлемой частью художественного и физического воспитания. У детей формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре разных народов, создается эмоциональная основа для развития патриотических чувств.

Актуальностью представленной программы является приобщение ребёнка к народной культуре через изучение русских народных игр.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

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

Отличительные особенности программы.

Содержание деятельности учащихся начальных классов во внеурочное время – это, прежде всего, единство игровой и познавательной деятельности. Именно в игре, насыщенной ярким познавательным материалом, дети развиваются в интеллектуальном плане, проявляют себя эмоционально. Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Народные игры — это исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, обладающей различными характерными особенностями у разных народностей и в разных регионах. Русские народные игры имеют многовековую историю, они сохранились и дошли до наших дней из глубокой старины, передавались из поколения в

поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Игры издавна служили средством самопознания, люди проявляли в них свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование.

«Человеком можно стать, только играя», утверждал Ф Шиллер. По его мнению, человек в игре и посредством игры творит себя, и мир в котором живёт. С позиции личностного подхода игра представляет поле, в рамках которого происходит самоопределение и идёт процесс «вращения» личности. Личностное самоопределение – это не что иное, как попытка самому себе ответить на вопрос «Что есть «я» в этом мире?» Лишь воспринимая себя в соответствии с другими, можно сформироваться как личность.

В игровой деятельности создаются благоприятные условия для развития внимания, памяти, ориентации. Подвижные игры позволяют раскрывать потенциальные возможности и творческую инициативу ребёнка, поскольку:

- создают условия для их активности;
- предоставляют возможность выбора;
- создают проблемные ситуации, из которых дети ищут выход сами;
- предлагают придумывать новые игры, эстафеты, мини – соревнования, упражнения для своих товарищей;
- нацеливают на способ достижения результата;
- учат осмысливать, контролировать и оценивать собственные действия и действия своих товарищей;

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Радость движения сочетается с духовным обогащением. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности.

В данной программе включены игры, которые предложили сами дети. Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость. Ребята учатся самостоятельно и с удовольствием играть.

Педагогическая целесообразность в процессе реализации программы подвижные игры у детей вырабатывается характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества. Групповые игры учат сплоченности, взаимовыручке. Так как для большинства подвижных игр необходимо достаточно большое количество играющих, то игровой процесс, кроме следования правилам игры как

таковой, включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для развития личности ребенка, обеспечивает его эмоциональное благополучие, приобщает к общечеловеческим ценностям. Подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующим развитию физических и умственных норм, правил поведения, а народные игры оказывают большое влияние на воспитание характера, воли, развивают нравственные чувства, физически укрепляют ребенка, создают определенный духовный настрой, интерес к народному творчеству.

Игра – это школа воспитания. В ней свои «учебные предметы». Одни из них развивают у детей ловкость, меткость, быстроту и силу; другие учат премудростям жизни, добру и справедливости, чести и порядочности, любви и долгу.

Немаловажно отметить и то, что русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа в физкультурном аспекте деятельности.

Адресат программы

программа адресована детям 1-4 классов с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

Количество учащихся: 12 - 25 человек.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы 6-11 лет.

Сроки реализации.

Программа рассчитана на один год.
33 часа - 1 класс, 34 часа - 2-4 классы

Режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут.

Формы занятий: Основная форма работы с детьми - это групповая и проводится в форме урока, соревнований, веселых стартов, сюжетно-ролевых игр, игр с правилами, образно-ролевые игры; праздника

1.2 Цели и задачи программы.

Планируемые результаты

Цель программы:

- содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;

- формирование представлений о здоровье, мотивация на здоровый образ жизни.

Задачи:

Образовательные:

- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;

- познакомить детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

-развивать:сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу.

Развивающие:

- развитие навыков совместной деятельности, умения сотрудничать со сверстниками, согласовывать собственное поведение с поведением других детей, навыков толерантного поведения.

Воспитательные:

- воспитывать дисциплинированность доброжелательное отношение к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время игры;

- овладение школой движения;

- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Планируемые результаты:

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

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами программы «Час подвижных игр» по спортивно - оздоровительному направлению является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;

- планировать цели и пути их достижения;

планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- 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;
- осуществлять взаимный контроль.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, 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.

Коммуникативные УУД:

- формулировать собственное мнение и позицию;
- ориентироваться на партнера, стремиться к сотрудничеству (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Предметные результаты программы:

Первостепенным результатом реализации программы является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития навыков, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях. Умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

Оздоровительные результаты программы:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
 - социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
- Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

Ожидаемые результаты освоения программы

Данная программа способствует формированию ценностных ориентиров учащихся, развитию целостно-смысловой сферы личности на основе общечеловеческих принципов нравственности и гуманизма, развитию широких познавательных интересов и творчества.

В результате работы дети должны иметь представление:

- об историческом наследии русского народа и русских народных подвижных игр;
- о традициях русских народных праздников;
- о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

В ходе реализации программы по спортивно-оздоровительному направлению «Час подвижных игр».

Обучающиеся должны знать:

- краткие исторические сведения о происхождении и развитии народных игр;
- виды русских народных игр;

- не менее 2 считалок для использования их в игре;
- правила народных игр;
- правила безопасного поведения во время проведения игры.
- основные вопросы гигиены, рационального питания;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

- знать историю своего края и народные игры своей местности;
- Правила проведения игр, эстафет и праздников;

Развитие самостоятельности, инициативы и ответственности личности как условия её самоактуализации: формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе, готовности открыто выражать и отстаивать свою позицию, критичности к своим поступкам и умения адекватно их оценивать; развитие готовности к самостоятельным поступкам и действиям, ответственности за их результаты; формирование целеустремлённости и настойчивости в достижении целей, готовности к преодолению трудностей и жизненного оптимизма; формирование нетерпимости и умения противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью, безопасности личности и общества, в пределах своих возможностей. Реализация ценностных ориентиров общего образования в единстве процессов обучения и воспитания, познавательного и личностного развития обучающихся на основе формирования общих учебных умений, обобщённых способов действия обеспечивает высокую эффективность решения жизненных задач и возможность саморазвития обучающихся.

Учащиеся научатся:

- играть в русские народные подвижные игры, используя считалки;
- проводить игру в группе под руководством педагога;
- владеть культурой общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности.
- играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение;
- проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

Учащиеся должны уметь:

- создавать, придумывать, пользуясь полученными знаниями;
- их продолжительность зависит от содержания и увлечённости.
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и координацию;

- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь контролировать свои поступки и организовывать игру по правилам;

Игры, предлагаемые данной программой, разнообразны, требуют много движения, смекалки, дают массу всяческих физических навыков и умений, отлично закаляют тело и душу.

Особый акцент программы сделан на использование народных игр с разной физической нагрузкой для детей, разнообразной степенью двигательной активности.

Формы подведения итогов реализации программы.

Текущая проверка возможна при проведении каждой игры. По итогам изучения каждого раздела проводится итоговое занятие в форме эстафеты, игры, соревнований. Это позволяет увидеть, насколько ученики научились играть, как они способны в разнообразной игровой обстановке применять умения и навыки в естественных видах движений. Оцениваются:

- знание правил игры и умение соблюдать их в её процессе;
 - умение целесообразно и согласованно действовать в игре;
 - умение использовать в определённых игровых ситуациях знакомые двигательные действия
- праздник "Народной игры";
 - конкурс игр (придумать свои подвижные игры);
 - спортивные соревнования;
 - праздник "Фестиваль русской народной игры"

1.3 Рабочая программа

Учебный план. Содержание программы. Тематическое планирование

Учебно-тематический план на год.

Разделы программы	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы промежуточной аттестации
Русские народные подвижные игры	10	0,5	9,5	Фестиваль народной игры
Подвижные игры	4	0,5	3,5	Конкурс подвижных игр
Игры - эстафеты	4	0,5	3,5	Весёлые старты
Игры народов России	4	0,5	3,5	"Игры наших бабушек и дедушек"
Спортивные игры	4	0,5	3,5	"Большие гонки"
Общая физическая подготовка	4	0,5	3,5	Тестирование
Организация и проведение с.м.	4	-	4	Соревнования

Всего	34	3	31	
-------	----	---	----	--

Содержание программы

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

В «Игры народов России» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами. Распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 7-11 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор. Реализация программы позволит сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

Основы знания (Теория):

Беседы на темы:

- «Мир движений и здоровье»,
- «Красивая осанка»,
- «Утренняя гимнастика»,
- «Чтоб здоровыми остаться надо спортом заниматься»,
- « Я сильный, ловкий, быстрый»,
- « Влияние физических упражнений на организм человека»,
- « Правила проведения соревнований»

Раздел I. Русские народные игры. (0,5 час – теория, 9,5 часов – практика)

Проведут знакомство с играми своего народа, разовьют физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Будут воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

Дети познакомятся с историей русской игры. Основная функция – воспитание национального самосознания. Русские народные игры, входящие в первый компонент, поделены на разделы, по характеристикам игр. Здесь есть игры, отражающие отношение человека к природе, ведь народ всегда трепетно относился к природе, берёг её, прославлял. Есть игры, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру.

Тема 1. Вводное занятие. История русской народной игры. Инструктаж по технике безопасности во время организации игры. Виды игр: подвижные, спортивные, эстафеты, игры народов России.

Тема 2. Теория: знакомство с содержанием игры, объяснение, разучивание и проведение игры. Т.Б.

Практика: русская народная игра «Жмурки», «Гуси лебеди», «Зайцы в огороде», «Совушка».

Тема 3. Теория: Правила игры

Практика: русская народная игра «Кот и мышь», «Пчёлки и ласточки», «У медведя во бору», «Птицелов».

Тема 4. *Практика:* русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун», «Зайка».

Тема 5. *Практика:* русская народная игра «Салки», «Липкие пеньки», «Кошки - мышки».

Тема 6. *Практика:* русская народная игра «Пятнашки», «Волк во рву», «Прыгание с перевязанными ногами».

Тема 7. *Практика:* русская народная игра «Охотники и зайцы», «Большой мяч», «Ястреб», «Змейка».

Тема 8. *Практика:* русская народная игра «Фанты», «Горелки», «Удар по верёвочке».

Тема 9. *Практика:* русская народная игра «Салки с приседаниями», «Уголки», «Волк и овцы».

Тема 10. *Практика:* русская народная игра «Волк», «Золотые ворота», «Лиса в курятнике», «Мышеловка».

Раздел II. Подвижные игры (0,5 час – теория, 3,5 часов – практика)

Подвижные игры связанные с естественными движениями, которые занимают большое место в жизни младших школьников. Но эти игры

должны быть кратковременными по времени и сопровождаться отдыхом. Совершенствуют координацию движений. Разовьют быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Будут воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, упражнения в лазании).

Тема 1. Теория: знакомство с содержанием игры, объяснение, разучивание и проведение игры.

Практика: подвижная игра «Красочки», «Корзиночки».

«Море - волнуется», «Класс смирно», «Ловушка с мячом».

Тема 2. *Практика:* подвижная игра «Пустое место», «К своим флажкам», «Перебежки», «Кто дальше», «Найди себе пару», «У ребят порядок строгий».

Тема 3. *Практика:* подвижная игра «Кто быстрее?», «Кто дальше», «Охотники и утки», «Конники-спортсмены», «Игровая», «Шишки, желуди, орехи»,

Тема 4. *Практика:* подвижная игра «Лягушата и цыплята», «Лапти», «Удочка», «Карлики и великаны», «Сова», «Космонавты»

Раздел III. Игры - эстафеты (0,5 час – теория, 3,5 часов – практика)

«Игры – эстафеты». Они развивают физические качества, имеют большое воспитательное значение: учат бороться за интересы команды, выручать товарищей, владеть своими эмоциями. Познакомят с правилами эстафет. Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.

Тема 1. *Практика:* эстафета «Передача мяча»

Практика: игра «Большая игра с малым мячом»

Тема 2. *Практика:* эстафета зверей, «Быстрые и ловкие»

Тема 3. *Практика:* игра «Чемпионы малого мяча»

Тема 4. *Практика:* эстафета с преодолением препятствий, с бегом и прыжками

Раздел IV. Игры народов России. (0,5 час – теория, 3,5 часов – практика)

Познакомят детей с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Разовьют силу, ловкость и физические способности. Будут воспитывать толерантность при общении в коллективе.

Эти игры знакомят младших школьников с историей и традициями русского народа и других народов, с национальной культурой, обрядами и обычаями. С историческим наследием русского народа знакомят игры, отражающие повседневные занятия наших предков.

Теория: Правила игры

Тема 1. *Практика:* русская народная игра «Гори, гори ясно!», «Дедушка - рожок», «Домики», «Заря», «Ворота», «Встречный бой», «Корзинки»,

Практика: башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»

Тема 2. Практика: дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»

Практика: марийская народная игра «Катание мяча»

Тема 3. Практика: татарская народная игра «Серый волк»

Практика: якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»

чувашская игра «Рыбки»

Тема 4. Практика: игры народов Среднего Урала «Краски», «Лапта»

«Классы», «Ляпки», «Молчанка», «Фанты»

Практика: Зауральские игры «Ягоды», «Клубок»

«Классы», «Ляпки», «Молчанка», «Фанты», «Дедушка», «Хвост и голова»,

«Пеньки», «Садовник», «Кондалы», «Горшки», «Серый волк»,

«Перехватчики», «Мяч по кругу», «Невод», «Олени».

Раздел V. Спортивные игры. (0,5 час – теория, 3,5 часов – практика)

Спортивные игры развивающие у детей ловкость, координацию движений, быстроту и смекалку, помогают им развивать различные двигательные способности и реализуют потребность детей в двигательной активности, приобщают воспитанников к здоровому образу жизни. Для максимального достижения результата при проведении спортивных мероприятий, где присутствует дух соревнования и реализуется принцип поощрения. Подвижные игры на материале спортивных игр (элементы футбола, элементы баскетбола, и волейбола- пионербол).

Тема 1. Теория: Правила игры, профилактика травматизма, техника владения мячом, учебная игра.

Практика: «Охотники и утки», «Картошка»,

Тема 2. Практика: «Не урони мяч», «Мяч ловцу»,

Тема 3. Практика: «Брось поймай», «Мяч капитану»,

Тема 4. Практика: «Большие гонки», «5 передач»,

Раздел VI. Общая физическая подготовка. (0,5 час – теория, 3,5 часов – практика)

Основой ОФП являются развитие физических качеств человека: быстрота, ловкость, сила, гибкость, выносливость. В процессе ОФП учащиеся совершенствуют умение управлять движениями, развивают навыки в быстром и экономном передвижении, преодолении препятствий, которые способствуют гармоническому развитию детей.

Тема 1. Практика: «Упражнения для мышц брюшного пресса»,

Тема 2. Практика: «Упражнения для мышц спины»,

Тема 3. Практика: «Упражнения для мышц ног»,

Тема 4. Практика: «Упражнения для мышц рук»,

Раздел VII. Организация и проведение спортивных мероприятий. (4 часа – практика)

Организация и проведение мероприятий по видам спорта (мини - баскетбол, мини - футбол, пионербол)

Организация и проведение соревнований «Весёлые старты», «Снайперы».

Организация и проведение праздников «Фестиваль русской народной игры»

Календарно-тематическое планирование на год 1 класс

№	Тема	Содержание учебного материала	Количество часов
1 четверть	Вводный. Техника безопасности на занятиях. Игры на развитие психических процессов. Игры на развитие внимания, мышления, воображения. Русские народные и подвижные игры и ОФП.	Беседа: <ul style="list-style-type: none"> «Движение и здоровье». Инструктаж по технике безопасности на занятиях по подвижным играм. 	1
1.	Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Лошадки». Народные игры: Ниточка, иголочка и узелок». Игры на развитие памяти: «Художник»,	<ul style="list-style-type: none"> Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей в играх. Строевые упражнения в играх: <ul style="list-style-type: none"> «Повтори за мной». «За флажками». 	
2.	Подвижные игры: «Ловишки», «Золотые ворота» - игра Зауралья. «В клубок»-игра Зауралья. Игры на развитие мышления: «Угадай, чей голосок».	<ul style="list-style-type: none"> Подвижные игры с бегом, подлезанием. Строевые упражнения в игре: <ul style="list-style-type: none"> «В клубок» Развивать внимание, память и речь в игре: <ul style="list-style-type: none"> «Угадай, чей голосок». 	1
3.	Подвижная игра: «Корзинки» Русская народная игра: «Птицы и клетка» Игры на внимание «За флажками», «Перемена мест»,	<ul style="list-style-type: none"> Подвижные игры. Правила игры. Строевые упражнения; построение, в игре: «К своим флажкам». 	1
4.	Эстафета прыжками. «Конники-спортсмены». Русская народная игра «У медведя во бору» Игры на развитие воображения.	<ul style="list-style-type: none"> Игры- эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Игры: «Узнай, кто я?», «Возьми и передай». 	1
5.	Русские народные игры: «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Афанас» - народная игра. Зауралья. «Летает – не летает». Игры на развитие мышления и речи.	<ul style="list-style-type: none"> Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростных способностей. Игры на развитие мышления: «Угадай, чей голосок», «определим игрушку». 	1
6.	Разучивание игр «Волк во рву», Эстафета «Паровозик». Русская народная игра:	<ul style="list-style-type: none"> Игры- эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Игры «Капуста» - русская народная 	1

	«Пчёлки и ласточки». Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	игра.	
7.	Подвижные игры: «Перебежки». «Пятнашки», «Гуси-лебеди». «Заря – зарница»	• Равномерный бег. Развитие выносливости. Игры на развитие скоростно-силовых способностей.	1
8.	Разучивание игры «Лягушка-цапли», Быстрее по местам». «Ягоды» - игра Зауралья.	• Прыжки. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
9.	Спортивный праздник: «Весёлые эстафеты».	• Игры - эстафеты. Весёлые минутки.	1
2 четверть	Русские народные и подвижные игры	• Беседа: «Чтоб здоровым оставаться надо... заниматься»	
10.	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр: «Волк и овцы» Командная игра: «Вороны и воробьи»	• Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1
11.	«Кто первый через обруч к флажку?» «Мышеловка». – игра Зауралья. Русская народная игра «Кот и мышь».	• Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1
12.	Народные игры: «Волк и овцы». «Бездомный заяц», «Передал-садись». «Медведи и пчёлы».	• Подвижные игры. Эстафеты. Развитие ловкости, координации.	1
13.	«Ловушка с хвостиком», «Кошки и мышки». Русские – народные игры: «Хвост и голова». «Волк»	• Подвижные игры. Развитие координационных способностей, ловкости.	1
14.	Подвижная игра: «Удочка». Игры по выбору. Мышеловка». – игра Зауралья.	• Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1
15.	Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты. Русская народная игра «Филин и пташка».	• Подвижные игры. Броски в цель. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1
16.	Олимпийские игры. Большая игра с малым мячом.	• Эстафеты с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1

	«Чемпионы малого мяча».		
3 четверть	3 четверть - Русские народные и подвижные игры и общая физическая подготовка.	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа: «О правильном питании», «Беседа о гигиене» 	
17.	«Трамвай», «Найди себе пару». Русская народная игра Белые медведи», «Дедушка – рожок».	<ul style="list-style-type: none"> • Игры. Подвижные игры. Развитие координационных способностей, ловкости. 	1
18.	Игры-эстафеты «Попади в цель». Игры по выбору. Ловцы и обезьяны», «Два Мороза».	<ul style="list-style-type: none"> • Игры – эстафеты. Развитие координационных способностей, ловкости и меткости. 	1
19.	«Быстрые упряжки», «На самокате» Игры по выбору. Липкие пеньки»	<ul style="list-style-type: none"> • Разгибание толчковой ноги прокатиться на самокате. Игры – эстафеты. Развитие координационных способностей, ловкости. 	1
20.	Игры – игровые задания. «Поменяй флажки», «Через препятствия» Русская народная игра «Водяной»	<ul style="list-style-type: none"> • Игры - игровые задания. Развитие координационных способностей, ловкости. 	1
21.	Разучивание игры «Сороконожки» Групповая игра: «Салочки по кругу» Игры разных народов. «Сторож»	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать координационные способности, ловкость в играх 	1
22.	Игры – игровые задания. Народные игры: «Дедушка Мазай», «Горелки».	<ul style="list-style-type: none"> • Игры - игровые задания. Развить ловкость в играх. 	1
23.	Самостоятельные игры. Игры по выбору: «Лапти». Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз» «Щука и караси».	<ul style="list-style-type: none"> • Игры. Правила игры. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. 	1
24.	«Быстрые упряжки», «На самокате» Русская народная игра «Горелки с платочком», «Заря – зарница», «Два Мороза».	<ul style="list-style-type: none"> • Разгибание толчковой ноги прокатиться на самокате. Игры – эстафеты. Развитие координационных способностей, ловкости. 	1
25.	Спортивный праздник: «Большие гонки».	<ul style="list-style-type: none"> • «Гонки парами», «Будь внимателен» • «Хвост и голова» - русская игра-забава.. Эстафеты 	1
4	Спортивные игры,	<ul style="list-style-type: none"> • Беседа: «Я сильный, ловкий, 	1

четверть	подвижные игры и народные игры.	быстрый! • Беседа: «Буду спортом заниматься».	
26.	«Метко в цель». Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч» Спортивные игры: «Брось — поймай».	• Ловля мяча в движении. Броски в цель. Эстафеты с мячом. Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты.	
27.	«Мяч соседу», Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: Спортивные игры: «Охотники и утки» Игра с мячом «Охотники и утки».	• Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
28.	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета с ручным мячом. «Пастух и стадо».	• Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель.	1
29.	« Успей поймать». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры. Спортивные игры: «Быстро по местам»	• Соревнования на развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1
30.	«Попади впоследствии», «Дальше и выше», Спортивные игры: «Картошка» Эстафета «Паровозик».	• Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.	1
31.	«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка». Игры разных народов. «Разорви цепь». Эстафета с обменом мячей.	• Подвижные игры и эстафеты. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1
32.	Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву», «Горелки». Спортивные игры: «Штандер-стоп»	• Подвижные игры. Развитие глазомера, скоростно-силовых способностей координации движений.	1
33.	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». «Ручеёк». Эстафета с обменом мячей. «Бег по кочкам».	• Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1
34	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»	• Эстафеты с надувными шарами развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты	1
Всего:			34

Календарно-тематическое планирование на год 2 класс

№	Тема	Содержание учебного материала	Количество часов
---	------	-------------------------------	------------------

<p>1 четверть</p>	<ul style="list-style-type: none"> Игры на развитие психических процессов. Игры на развитие внимания, мышления, воображения. Русские народные подвижные игры, подвижные игры и общая физическая подготовка. 	<ul style="list-style-type: none"> Беседа: «Движение и здоровье» Инструктаж по технике безопасности на занятиях по подвижным играм. 	
<p>1.</p>	<p>Упражнение «Высокие деревья».</p> <p><u>Подвижные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «Кузнечики», <p><u>Самостоятельные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Ниточка, иголочка и узелок». <p><u>Игры на развитие памяти:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «Художник» «Запомни последовательность движений». 	<ul style="list-style-type: none"> Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей в эстафетах. Строевые упражнения в играх: «Повтори за мной» «За флажками» «Кто быстрее». 	<p>1</p>
<p>2.</p>	<p><u>Подвижные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «Ловушка с ленточкой». «Золотые ворота» - игра Зауралья. «В клубок»-игра Зауралья. <p><u>Игры на развитие мышления:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «Угадай чей голосок». 	<ul style="list-style-type: none"> Подвижные игры с бегом, подлезанием. Строевые упражнения в игре: «В клубок» Развивать внимание, память и речь в игре: «Угадай чей голосок». 	<p>1</p>
<p>3.</p>	<p><u>Подвижные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «Хитрая лиса». <p><u>Русская народная игра:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «Птицы и клетка». <p><u>Игры на внимание</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «За флажками». «Перемена мест», «Корзинки». 	<ul style="list-style-type: none"> Подвижные игры. Правила игры. Строевые упражнения; построение, перестроение в игре: «Перемена мест», «Класс, смирно», 	<p>1</p>
<p>4.</p>	<ul style="list-style-type: none"> «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. <p><u>Русская народная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «Гуси - лебеди» Игры на развитие воображения. 	<ul style="list-style-type: none"> Преодоление малых препятствий. Игры- эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. <p><u>Игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «Узнай, кто я?», Возьми и передай». 	<p>1</p>
<p>5.</p>	<p><u>Русские народные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «Мышеловка», «Гуси - лебеди». «Афанас»-игра Зауралья. 	<ul style="list-style-type: none"> Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростных способностей. <p><u>Игры</u></p> <ul style="list-style-type: none"> «Ну-ка, отгадай», 	<p>1</p>

	<u>Игры на развитие мышления и речи.</u> • «Летает – не летает».	• «определим игрушку».	
6.	<u>Разучивание игры</u> • «Волк во рву» • Эстафета с прыжками с ноги на ногу. • «Паровозик». <u>Русская народная игра</u> • «Пчёлки и ласточки». Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.	<u>Игры</u> • Преодоление малых препятствий. • Игры- эстафеты. • Развитие скоростно-силовых способностей. • «Баба Яга», • «Капуста» - русская народная игра.	1
7.	<u>Игра – эстафета:</u> • «Наперегонки парами», • «Перебежки». <u>Самостоятельные игры.</u> • «Пятнашки». • «Заря – зарница»	• Игры Эстафеты. • Развитие скоростно-силовых способностей.	1
8.	<u>Подвижная игра:</u> • «Быстрее по местам». • Эстафета с прыжками с ноги на ногу. • «Ягоды». • «Ястреб» - игры Зауралья.	• Прыжки. • Подвижные игры. • Эстафеты. • Развитие скоростно-силовых способностей.	1
9	• Спортивный праздник.	• Игры - эстафеты. Весёлые минутки.	1
2 четверть	Русские народные и подвижные игры	<u>Беседа:</u> • Чтоб здоровым оставаться надо-спортом заниматься	
10.	Эстафета с переноской предметов. • «Не намочи ног». <u>Командная игра:</u> • «Вороны и воробьи». • «Волк и овцы».	• Подвижные игры. • Эстафеты. • Развитие скоростно-силовых способностей	1
11.	• «Кто первый через обруч к флажку?» «Мышеловка». – игра Зауралья. <u>Русская народная игра</u> • «Кот и мыши». • «Пастух и стадо».	• Подвижные игры. • Эстафеты. • Развитие скоростно-силовых способностей	1
12.	<u>Разучивание игр</u> • «Пролезай-убегай». • «Медведи и пчёлы». <u>Самостоятельные игры.</u> • Горшки». • «Пустое место».	• Подвижные игры. • Эстафеты. • Развитие скоростно-силовых способностей	1
13.	• «Пятнашки». • «С кочки на кочку». • «Кот и мыши».	• Подвижные игры. • Эстафеты. • Развитие скоростно-силовых	1

	<p><u>Игры по выбору:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Волк» - игра Зауралья. • «Хвост и голова». 	способностей	
14.	<ul style="list-style-type: none"> • «Кто дольше не собьётся». • «Удочка». <p><u>Игры по выбору.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Мышеловка». – игра Зауралья. • «Кот и мыши». • «Пастух и стадо». 	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры. • Эстафеты. • Развитие скоростно-силовых способностей 	1
15.	<p><u>Игры и игровые задания:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Покати-догони». • «Прыгай выше и дружнее». • Весёлые старты. <p><u>Русская народная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Филин и пташка». 	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры. • Броски в цель. • Подвижные игры - эстафеты. • Развитие скоростно-силовых способностей 	1
16.	<p>Олимпийские игры. Большая игра с малым мячом.</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Чемпионы малого мяча». 	<ul style="list-style-type: none"> • Эстафеты с предметами. (мячами, обручами, скакалками) 	1
3 четверть	<p>Русские народные и подвижные игры и общая физическая подготовка.</p>	<p><u>Беседа:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «О правильном питании», • «Влияние физических упражнений на организм человека» 	
17.	<ul style="list-style-type: none"> • Катание на самокате • «Трамвай». • «Найди себе пару». <p><u>Игры по выбору.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Белые медведи». • «Дедушка – седой»-игра Зауралья. 	<ul style="list-style-type: none"> • Разгибание толчковой ноги прокатиться на самокате. • Игры – эстафеты. • Развитие координационных способностей, ловкости. 	1
18.	<ul style="list-style-type: none"> • «Гонки». • «Попади в цель». <p><u>Игры по выбору.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловцы и обезьяны». • «Дедушка». 	<ul style="list-style-type: none"> • Игры – эстафеты. • Развитие координационных способностей, ловкости и меткости. 	1
19.	<ul style="list-style-type: none"> • Катание на самокате. • «Быстрые упряжки». <p><u>Игры по выбору.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Липкие пеньки». • Белые медведи». 	<ul style="list-style-type: none"> • Разгибание толчковой ноги прокатиться на самокате. • Игры – эстафеты. • Развитие координационных способностей, ловкости. 	1
20.	<ul style="list-style-type: none"> • Катание на самокате. • «Поменяй флажки». • «Через препятствия» <p><u>Самостоятельные игры.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Русская народная игра «Водяной». 	<ul style="list-style-type: none"> • Разгибание толчковой ноги прокатиться на самокате. • Игры – эстафеты. • Развитие координационных способностей, ловкости. 	1
21.	<p><u>Самостоятельные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Удочка». 	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры. • Развитие скоростно-силовых 	1

	<ul style="list-style-type: none"> • «Салочки с ленточками». • Игры разных народов. • «Сторож». 	способностей, ловкости.	
22.	<p><u>Игры по выбору.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Дедушка Мазай». • «Горелки». • «Салки выручалки». <p><u>Хороводные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Плетень». • «Ручеёк». 	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры. • Развитие скоростно-силовых способностей, ловкости, координации. 	1
23.	<ul style="list-style-type: none"> • Игры по выбору. • Игра с элементами ОРУ • «Море волнуется». • «Караси и щука». • «Ручеёк». • «Волк и овцы». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие скоростно-силовых способностей, ловкости, координации. 	1
24.	<p><u>Русская народная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Лапта». • «Горелки с платочком» • «Заря – зарница». <p>Игры для формирования правильной осанки:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Ванька-встанька». • «Люлька», «Лодочка». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие координационных способностей, ловкости, внимания. 	1
25.	<p>Спортивный праздник:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Большие гонки». 	<p><u>Игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Гонки парами», • «Будь внимателен» <p><u>Самостоятельные игры.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Хвост и голова» - русская игра-забава. 	1
4 четверть	<p>Спортивные игры, подвижные игры и народные игры.</p>	<p><u>Беседа:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Чтобы сильным, быстрым стать - заниматься нужно нам» <p><u>Беседа:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Буду спортом заниматься». 	
26.	<ul style="list-style-type: none"> • «Метко в цель». • «Конники спортсмены». • Эстафета прыжками. <p><u>Большая игра с малым мячом.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Не упусти мяч». <p><u>Спортивные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Брось — поймай» 	<ul style="list-style-type: none"> • Ловля мяча в движении. • Броски в цель. • Эстафеты с мячом. • Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты. 	1
27.	<ul style="list-style-type: none"> • «Мяч соседу». • «Гуси-лебеди». • Эстафета с передачей палочки. <p><u>Спортивные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Охотники и утки». 	<ul style="list-style-type: none"> • Ловля и передача мяча в движении. • Броски в цель. • Развитие скоростно-силовых способностей. • По одному в колонну по два. 	1

28.	<ul style="list-style-type: none"> • «Быстрые и меткие». • «Зайцы в огороде». • Эстафета по кругу. • Игры по выбору: ручной мяч. 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие скоростно-силовых способностей. • Ловля и передача мяча в движении. • Броски в цель. 	1
29.	<ul style="list-style-type: none"> • «Успей поймать». • «Космонавты». • Соревнования на точность броска мяча в корзину. <p><u>Самостоятельные игры.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортивные игры: • «Быстро по местам» 	<ul style="list-style-type: none"> • Соревнования на развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. 	1
30.	<ul style="list-style-type: none"> • «Попади в последнего». • «Дальше и выше». • «Беги и хватай». <p><u>Спортивные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Картошка» • Эстафета «Паровозик». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. • Подвижные игры. 	1
31.	<ul style="list-style-type: none"> • «Фигуры». • «Зайцы, сторож и Жучка» • «через ручеёк». • Комбинированная эстафета. • Игры по выбору. <p><u>Игры разных народов.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Разорви цепь». • Эстафета с обменом мячей. 	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры и эстафеты. • Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. 	1
32.	<p><u>Упражнение</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Силачи». <p><u>Игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «День и ночь». • «Волк во рву». <p><u>Комбинированная эстафета.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Волк и гуси». <p><u>Спортивные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Штандер-стоп» • «Горелки». 	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры. • Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей, координацию движений. 	1
33.	<ul style="list-style-type: none"> • «Запрещённое движение». • «Ловишки с приседанием». • Эстафета с обменом мячей. • Эстафеты с мячами. <p><u>Правила игры.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Бег по кочкам». <p><u>Игры по выбору.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Горелки». 	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры. • Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. 	1

34	<u>Спортивный праздник</u> • «Фестиваль подвижных игр».	• Эстафеты с надувными шарами развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты	1
Всего:			34

Календарно-тематическое планирование на год 3 класс

№	Тема	Содержание учебного материала	Количество часов
1 четверть	<i>Что такое народная игра?</i>	• <i>Познакомить с историей народной подвижной игры.</i>	
1	Правила безопасности на занятиях подвижными играми. <u>Игра</u> • «К своим флажкам», • «Запомни порядок», • «Смена сторон».	• Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными играми. • Беседа: История народной подвижной игры.	1
2	• Игра «Пятнашки». «Смена сторон», «Запрещенное движение», «Быстро по местам», «Море волнуется».	• Игра с использованием скороговорок. Беседа о гигиене. Понятия: подвижная игра, правила игры.	1
3	<u>Игра:</u> • «Вызов номеров», • «Маляр и краски», • «Запомни движение», • «Верёвочка под ногами»	• Знание правил игр на развитие внимания. • Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.	1
4	Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой. <u>Игра:</u> • «Рыбаки», • «Удочка», • «Невод» <u>Игры на внимание</u> • «Запрещённое движение», • «Запомни порядок».	• Инструктаж по технике безопасности на занятиях общей физической подготовкой. <u>Понятия:</u> • физические качества. • Эстафеты со скакалкой.	1
5	Эстафеты с бегом и прыжками. Подвижные игры: • «Ловушка с мячом», • «Охотники и утки».	• Эстафеты с бегом и прыжками. • Развитие скоростно-силовых способностей.	1
6	Прыжки со скакалкой. Большая игра с малым мячом. • «Не упусти мяч», <u>Игры с мячом.</u>	• Игровые задания с мячом. • Прыжки со скакалкой. • Развитие скоростных способностей, выносливости.	1

	<ul style="list-style-type: none"> • «Озорные мячики» 		
7	<p>Правила безопасности на занятиях п/и. Игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Волк и овцы» • «Белые медведи», • «Золотые ворота». • Хороводные игры. 	<ul style="list-style-type: none"> • Игровые правила. • Выбор и ограничение игрового пространства. • Проведение игры. 	1
8	<p><u>Русская народная игра:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Волк во рву», • «Пчёлки и ласточка». • «Жмурки», • «Шишки, жёлуди, орехи». 	<ul style="list-style-type: none"> • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Игра. 	1
9	<p><u>Спортивный праздник</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Мы сильные, мы ловкие» 	<ul style="list-style-type: none"> • Эстафеты и спортивные конкурсы между командами классов. 	1
2 четверть	<p><i>Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Лучшее лекарство – это физкультура. • «Влияние физических упражнений на организм человека» 	1
10	<p>Правила безопасности на занятиях.</p> <p><u>Игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Хитрая лиса», • «Караси и щука», • «Сети», • «Ловушка с ленточками». 	<p><u>Игра.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными играми. • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Развитие ловкости, скорости, быстроты. 	1
11	<p>Игры и игровые задания с малым мячом:</p> <p><u>Игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Играй, играй, мяч не теряй», • «Картошка», • «Караси и щука» 	<p><u>Игра.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты. 	1
12	<p>Игры с прыжками с использованием скакалки</p> <p>Подвижная игра</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Рыбак и рыбки», • «Верёвочка», • «Зайцы в огороде», • «Сова». 	<p><u>Игра.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты. 	1
13	<p>Подвижная игра:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Третий лишний», • «Перестрелка», • «Перебежки с выручкой», 	<p><u>Игра.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты. 	1

	<ul style="list-style-type: none"> • «Волк». 		
14	<p>Правила безопасности на занятиях ОФП. Ползание по г/скамейке и стенке.</p> <p><u>Игровые задания</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Пожарные на учении» • «Быстрые и меткие», • «Прыгуны и пятнашки», 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструктаж по технике безопасности на занятиях общей физической подготовкой. • Развитие скоростно-силовых способностей, ловкости, быстроты. 	1
15	<p>Лазание по гимнастической стенке.</p> <p><u>Игровые задания</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Пожарные на учении», • «Жмурки», • «Хвост и голова», • «Ястреб». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты. 	1
16	<p>Праздник здоровья и подвижной народной игры.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры и спортивные конкурсы между командами. 	1
3 четверть	<p>Приобщать школьников к изучению народных игр;</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Традиции русских народных праздников; 	
17	<p>Правила безопасности на занятиях с мячом. Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.</p> <p><u>Игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Бросай – поймай», • «Охотники и утки». 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструктаж по технике безопасности на занятиях спортивных игр. <p><u>Понятия: что такое баскетбол, цель игры.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие координационных способностей, ловкости, быстроты 	1
18	<p>Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит.</p> <p><u>Игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Охотники и утки» • «Бросай – поймай». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие координационных способностей, ловкости, быстроты 	1
19	<p>Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в корзину.</p> <p><u>Игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Охотники и утки» • «Бросай – поймай». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие координационных способностей, ловкости, быстроты 	1
20	<p><u>Спортивный праздник</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Страна спортивных игр» 	<ul style="list-style-type: none"> • Эстафеты и спортивные конкурсы с передачей, ловлей, ведением баскетбольного мяча между командами классов 	1
21	<p>Ведение мяча; броски мяча в кольцо. Броски в корзину. Эстафеты с передачами, ловлей и ведением баскетбольного</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие координационных способностей • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов 	1

	<p>мяча.</p> <p><u>Игра:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Коршун», • «Золотые ворота». 		
22	<p>Эстафеты с передачей, ловлей и ведением баскетбольного мяча.</p> <p><u>Народные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Волк», • «Сова», • «Шишки, жёлуди, орехи». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие координационных способностей. Игровые приёмы 	1
23	<p><u>Подвижная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Два мороза», • «Заря – зарница», • «Сети», • «Кандалы» 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты <p><u>Подвижная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Два мороза». 	1
24	<p><u>Подвижная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Космонавты • «Горелки», «Бездомный заяц», • «Невод», • «Золотые ворота». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты <p><u>Подвижная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Космонавты». 	1
25	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Фестиваль игры</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Спортивные конкурсы между командами классов. 	1
4 четверть	<p>Правила поведения во время игры.</p>	<p>Правильно дышать при выполнении физических упражнений</p>	
26	<p>Инструктаж по технике безопасности при проведении игры.</p> <p><u>Специальные упражнения в парах.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Картошка» • «Штандер-стоп». 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструктаж по технике безопасности на занятиях • Предупреждение травматизма. П.И <p><u>Проведение игры.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание мяча через сетку. 	1
27	<p>Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках.</p> <p>Броски мяча в парах, в стенку, через сетку.</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Картошка» • «Штандер». 	<ul style="list-style-type: none"> • Специальные упражнения в пар. • Правила игры. • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты. 	1
28	<p>Обучение подаче мяча.</p> <p>Передача в парах через сетку.</p> <p><u>Спортивные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Картошка» • «Штандер-стоп» 	<ul style="list-style-type: none"> • Специальные упражнения в пар. <p><u>Правила игры.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты. 	1
29	<ul style="list-style-type: none"> • подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. • Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты 	1

	направления.		
30	<ul style="list-style-type: none"> Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. Передача мяча через сетку с места. 	<ul style="list-style-type: none"> Учебно - тренировочная игра: «Пионербол». 	1
31	<ul style="list-style-type: none"> Мини-футбол Правила безопасности на занятиях мини-футболом. Удар по неподвижному и катящему мячу Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра. 	<ul style="list-style-type: none"> Инструктаж по технике безопасности на занятиях мини-футболом. Понятия: цель, правила игры, Специальные упражнения в парах. 	1
32	<ul style="list-style-type: none"> Мини-футбол. Остановка мяча, ведение мяча. Специальные упражнения в парах. Эстафеты с ведением футбольного мяча. 	<ul style="list-style-type: none"> Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты. 	1
33	<ul style="list-style-type: none"> Мини-футбол. Остановка мяча, ведение мяча. Специальные упражнения в парах. Игра в мини-футбол. 	<ul style="list-style-type: none"> площадка, состав команды в мини-футболе. Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты. 	1
34	<ul style="list-style-type: none"> Турнир по мини-футболу. Соревнования по «Пионерболу». 	<ul style="list-style-type: none"> Турнир по мини-футболу среди команд классов по правилам проекта «Мини-футбол, Пионербол» в школу 	1
Всего:			34

Календарно-тематическое планирование на год 4 класс

№	Тема	Содержание учебного материала	Количество часов
1 четверть	<i>Что такое народная игра?</i>	<ul style="list-style-type: none"> <i>Познакомить с историей народной подвижной игры.</i> <i>Общее и различие в правилах игр различных народов.</i> 	1
1	Правила безопасности на занятиях подвижными играми. <ul style="list-style-type: none"> «К своим флажкам», «Запомни порядок», «Карлики и великаны» 	<ul style="list-style-type: none"> Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными играми. Беседа: История народной подвижной игры. Понятия: подвижная игра, правила игры. 	
2	<u>Игра:</u> <ul style="list-style-type: none"> «Пятнашки». «Смена сторон», 	<ul style="list-style-type: none"> Игра с использованием скороговорок. Беседа о гигиене. <p><u>Подвижные игры:</u></p>	1

	<ul style="list-style-type: none"> • «Запрещенное движение», • «Быстро по местам», • «Салки» 	<ul style="list-style-type: none"> • «Море волнуется», • «Запрещённое движение». 	
3	<p><u>Игра:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Вызов номеров», • «Маляр и краски», • «Запомни движение», • «Удочка» 	<ul style="list-style-type: none"> • Знание правил игр на развитие внимания. • Эстафеты с примерами на сложение и вычитание. 	1
4	<p>Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой.</p> <p><u>Игра:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Рыбаки и рыбки», • «Удочка», • «Невод» 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструктаж по технике безопасности на занятиях общей физической подготовкой. • Понятия: физические качества (способности), общая физическая подготовка. • Эстафеты со скакалкой. 	1
5	<p>Эстафеты с бегом и прыжками. Подвижные игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Ловушка с мячом», • «Чехарда». • «Охотники и утки». 	<ul style="list-style-type: none"> • Эстафеты с бегом и прыжками. • Развитие скоростно-силовых способностей. • <i>Понятие команды в подвижных играх</i> • <i>Защитой товарища;</i> 	1
6	<p>Прыжки со скакалкой. Большая игра с малым мячом.</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Не упусти мяч». 	<ul style="list-style-type: none"> • Эстафеты, упражнения со скакалкой. • Прыжки со скакалкой. • Развитие скоростных способностей, выносливости. 	1
7	<p>Правила безопасности на занятиях.</p> <p><u>Игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Волк и овцы», • «Волк во рву», • «Коршун» 	<ul style="list-style-type: none"> • Игровые правила. • Выбор и ограничение игрового пространства. • Проведение игры. 	1
8	<p>Русская народная игра:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Волк во рву», • «Блуждающий мяч». • «Жмурки», • «Шишки» 	<ul style="list-style-type: none"> • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Игра. 	1
9	<p><u>Спортивный праздник</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Мы сильные, мы ловкие» 	<ul style="list-style-type: none"> • Эстафеты и спортивные конкурсы между командами классов. 	1
2 четверть	<p><i>Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Лучшее лекарство – это физкультура. • «Влияние физических упражнений на организм человека» 	1
10	<p>Правила безопасности на занятиях.</p> <p><u>Игра:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Лисы и куры», • «Караси и щука», 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными играми. • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Игра. 	

	<ul style="list-style-type: none"> • «Сети», • «Ловушка». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие ловкости, скорости, быстроты. 	
11	<p>Игры и игровые задания с малым мячом:</p> <p><u>Игра:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Играй, играй, мяч не теряй», • «Картошка», • «Пастух 	<ul style="list-style-type: none"> • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Игра. • Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты. 	1
12	<p>Игры с прыжками с использованием скакалки</p> <p><u>Подвижная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Рыбак и рыбки», • «Верёвочка», • «Выше ноги от земли», • «Сова». 	<ul style="list-style-type: none"> • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Игра. • Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты. 	1
13	<p>Подвижная игра:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Третий лишний», • «Перестрелка», • «Перебежки с выручкой», • «Охотник». 	<ul style="list-style-type: none"> • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Игра. • Развитие скоростных качеств, ловкости, быстроты. 	1
14	<p>Правила безопасности на занятиях ОФП. Ползание по г/скамейке и стенке.</p> <p><u>Игровые задания:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Пожарные на учении» • «Быстрые и меткие», • «Прыгуны и пятнашки», 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструктаж по технике безопасности на занятиях общей физической подготовкой. • Развитие скоростно-силовых способностей, ловкости, быстроты. 	1
15	<p>Лазание по гимнастической стенке.</p> <p><u>Игровые задания</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Пожарные на учении», • «Жмурки», • «Коршун» 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты. 	1
16	<ul style="list-style-type: none"> • Праздник здоровья и подвижной народной игры. 	<ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры и спортивные конкурсы между командами. 	1
3 четверть	<p>Приобщать школьников к изучению народных игр;</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Традиции русских народных праздников; 	
17	<p>Правила безопасности на занятиях с мячом.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Специальные передвижения без мяча. • Бросок мяча снизу на месте. • Ловля мяча на месте. 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструктаж по технике безопасности на занятиях спортивных игр. • Понятия: что такое баскетбол, цель игры, правила игры. • Развитие координационных способностей, ловкости, быстроты 	1

	<p><u>Игра:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Бросай – поймай», • «Перестрелка», 		
18	<p>Передача мяча снизу на месте.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловля мяча на месте. • Бросок мяча в щит. <p><u>Игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Охотники и утки» • «Бросай – поймай». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие координационных способностей, ловкости, быстроты 	1
19	<p>Передача мяча снизу на месте.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловля мяча на месте. • Бросок мяча в корзину. <p><u>Игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Охотники и утки» • «Бросай – поймай» • «Передал - садись» 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие координационных способностей, ловкости, быстроты 	1
20	<p>Спортивный праздник</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Страна баскетболия» 	<ul style="list-style-type: none"> • Эстафеты и спортивные конкурсы с передачей, ловлей, ведением баскетбольного мяча между командами классов 	1
21	<ul style="list-style-type: none"> • Ведение мяча; броски мяча в кольцо. • Броски в корзину. • Эстафеты с передачами, ловлей и ведением баскетбольного мяча. <p><u>Игра:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Коршун», • «Золотые ворота». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие координационных способностей • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов 	1
22	<p>Эстафеты с передачей, ловлей и ведением баскетбольного мяча.</p> <p><u>Народные игры:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Волк», • «Сова», • «Шишки, жёлуди, орехи». 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие координационных способностей • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов 	1
23	<p><u>Подвижная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Два мороза», • «Заря – зарница», • «Сети», • «Кандалы» 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты <p><u>Подвижная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Два мороза». 	1
24	<p><u>Подвижная игра</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • «Космонавты 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты 	1

	<ul style="list-style-type: none"> • «Горелки», • «Плетень», • «Невод», • «Золотые ворота». 	<u>Подвижная игра</u> <ul style="list-style-type: none"> • «Космонавты». 	
25	<i>Фестиваль игры</i>	Спортивные конкурсы между командами классов.	1
4 четверть	Правила поведения во время игры.	Работа мышц при выполнении физических упражнений Правила проведения соревнований	
26	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. <u>Специальные упражнения в парах</u> <ul style="list-style-type: none"> • «Переход.» 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструктаж по технике безопасности на занятиях. • Предупреждение травматизма. П.И <u>Проведение игры.</u> <ul style="list-style-type: none"> • Перебрасывание мяча через сетку. 	1
27	<ul style="list-style-type: none"> • Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. • Броски мяча в парах, в стенку, через сетку. 	<ul style="list-style-type: none"> • Специальные упражнения в пар. <u>Правила игры.</u> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты. 	1
28	<ul style="list-style-type: none"> • Обучение подаче мяча, упражнения для рук. • Передача в парах через сетку. • Упражнения с набивным мячом. 	<ul style="list-style-type: none"> • Специальные упражнения в пар. <u>Правила игры.</u> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты. 	1
29	<u>Подача мяча.</u> <ul style="list-style-type: none"> • Приём мяча после подачи на месте. • Приём мяча после перемещения. • Бег с остановками и изменением направления. 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты 	1
30	<ul style="list-style-type: none"> • Передача мяча внутри команды. • Упражнения для рук, ног, туловища. • Передача мяча через сетку с места. 	<ul style="list-style-type: none"> • Учебно - тренировочная игра. • Соблюдать правила игры. 	1
31	<ul style="list-style-type: none"> • Мини-футбол • Правила безопасности на занятиях мини-футболом. • Удар по неподвижному 	<ul style="list-style-type: none"> • Инструктаж по технике безопасности на занятиях • мини-футболом. • Понятия: цель, правила игры, Специальные упражнения в парах. 	1

	<ul style="list-style-type: none"> и катящему мячу • Игровые правила. • Отработка игровых приёмов. • Игра. 		
32	<ul style="list-style-type: none"> • Мини-футбол • Остановка мяча, ведение мяча • Специальные упражнения в парах. • Эстафеты с ведением футбольного мяча. 	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты. 	1
33	<ul style="list-style-type: none"> • Мини-футбол. • Остановка мяча, ведение мяча • Специальные упражнения в парах. • Игра в мини-футбол. 	<ul style="list-style-type: none"> • площадка, состав команды в мини-футболе. • Развитие силовых способностей, гибкости, ловкости, быстроты. 	1
34	<ul style="list-style-type: none"> • Турнир по мини-футболу. • Соревнования по «Пионерболу». 	<ul style="list-style-type: none"> • Турнир по мини-футболу среди команд классов по правилам проекта «Мини-футбол, Пионербол» в школу 	1
Всего:			34

Описание материально – технического обеспечение

Не менее значимым при развитии здоровьесберегающей среды учреждения является состояние и перспективы обогащения материально-технической базы наглядными пособиями, техническими средствами обучения, а также обеспечение и поддержка состояния экологической комфортности среды школьных помещений, в которых дети проводят значительную часть дня.

Учебные пособия:

изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы) плакаты, презентации:

«комплекс упражнений утренней гимнастики», «первая помощь», «пропаганда здорового образа жизни», «правильная осанка», «гимнастика для глаз» и т.п.

измерительные приборы: весы, часы.

Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.

Спортивный инвентарь:

мячи малые (теннисные) и большие набивные(1кг;2 кг;) футбольные и баскетбольные мячи; кегли; гимнастические обручи; скамейка гимнастическая жёсткая; гимнастическая стенка; скакалки гимнастические; маты гимнастические; щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой; игровое поле для футбола; компрессор для накачивания мячей; аптечка медицинская.

Спортивные помещения:

спортивный зал игровой; подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования.

Формы текущего контроля/ промежуточной аттестации:

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проводится в форме:

- праздник "Народной игры";
- конкурс игр (придумать свои подвижные игры);
- спортивные соревнования;
- праздник "Фестиваль русской народной игры"

Информационное обеспечение:

интернет источники:

<https://urok.1sept.ru > articles // Подвижные игры для учащихся 1–4-х классов>
дата обращения 18.06.2022

<https://ped-kopilka.ru > blogs > sazono-alexey > meto // Сборник подвижных игр для детей младшего школьного возраста>
дата обращения 18.06.2022

<https://ped-kopilka.ru/nachalnaja-shkola/sportivnye-meroprijatija-v-nachalnoi-shkole-scenari.html?page=2 // Сценарии спортивных праздников, досугов, викторин и игровых программ для младших школьников>

Кадровое обеспечение:

К реализации рабочей программы могут быть допущены следующие категории педагогического состава: Педагог дополнительного образования;
Тренер-преподаватель;

Старший тренер-преподаватель; Преподаватель.

Требования к образованию: Высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального

образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки "Образование и педагогические науки".

Требования к опыту практической работы: Для старшего педагога дополнительного образования - не менее двух лет в должности педагога дополнительного образования, иной должности педагогического работника Для старшего тренера-преподавателя - не менее двух лет в должности тренера-преподавателя или педагога дополнительного образования соответствующей направленности.

Особые условия допуска к работе: Отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации. Прохождение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров (обследований), а также внеочередных медицинских осмотров (обследований) в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

Оценочные материалы :

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	11 – 12	9 – 10	7 – 8	9 – 10	7 – 8	5 – 6
Прыжок в длину с места, см	118 – 120	115 – 117	105 – 114	116 – 118	113 – 115	95 – 112
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,2 – 7,0	6,3 – 6,1	6,9 – 6,5	7,2 – 7,0
Бег 1000 м	Без учета времени					

Список литературы:

1. Антропова М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.
2. Гатман Б., Финнеган Т., Все о тренировке юного баскетболиста. Издательство АСТ, 2007
3. Дереклеева Н.И., Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.

4. Жуков М.Н. Подвижные игры. – М.: Издательский центр «Академия», 2000
5. Карасева Т.В., Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Основная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
6. Ковалько В.И., Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
7. Ковалько В.И., Здоровьесберегающие технологии в основной школе: / В.И. Ковалько. – М.: Вако, 2004. – 124 с.
8. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А.. Упражнения и игры с мячами. Издательство НЦ ЭНАС, 2006г.
9. Мальцев А.И., Быстрее, выше, сильнее! Легкая атлетика и гимнастика для школьников., 2005г.
10. Никитин Б.В. Развивающие игры.- М.: Знание, 2001
11. Патрикеев А.Ю., Подвижные игры. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
12. Патрикеева А.Ю. Зимние подвижные игры.- М.: ВАКО, 2009
13. Синягина Н.Ю., Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с.
14. Смирнов Н.К., Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
15. Степанова О.А., Оздоровительные технологии в школе. // №1 - 2003, с.57.