



Октябрьский район

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«ОКТЯБРЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
имени Героя Советского Союза Николая Васильевича Архангельского»**

**Принята на заседании
педагогического совета школы
№1 от «31»августа 2020 года**

«Утверждено»:
Директор МКОУ «Октябрьская СОШ
имени Героя Советского Союза имени
Н.В.Архангельского»
_____ С.А. Паршина
Приказ № _____ от «31 » _08_ 2020 года

**Рабочая программа
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»
(ФГОС НОО)
для 1, 2, 3, 4 классов**

Учитель: ***Романович Виталий Анатольевич***
Стаж: ***29 лет***
Категория: ***высшая***
Год составления: ***2020-2021 учебный год***
Срок утверждения: ***1 год***

«Согласовано»
Руководитель ШМО
В.А Романович
Протокол № 1 от
«31» августа 2020 г.

гп. Октябрьское
2020 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Предметные связи программы внеурочного курса	4
3. Особенности реализации программы внеурочной деятельности: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности.....	4
4. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности.....	5
5. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности.....	6
6. Содержание программы 1 класса	6
7. Календарно-тематическое планирование для 1 классов.....	9
8. Содержание программы 2 класса	13
9. Календарно-тематическое планирование для 2 классов	15
8. Содержание программы 3 класса	16
9. Календарно-тематическое планирование для 3 классов	18
10. Содержание программы 4 класса	19
11. Календарно-тематическое планирование для 4 классов	21

Пояснительная записка

Данная программа составлена на основе программы по внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению для 1-4 классов в соответствии с Федеральными Государственными Стандартами.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижные игры - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся 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. А это приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников. Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств - выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями. В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. 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 под счет 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, жеребьевкой, шутками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

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.

Задачи:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

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.

Цель и задачи реализации основной образовательной программы учреждения не противоречат цели и задачам ВОП школы согласно программе развития образовательного учреждения.

Предметные связи программы внеурочного курса

Нельзя не использовать меж предметные связи в программе внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры», так как многие темы других предметов по своему содержанию достаточно тесно соприкасаются с темами данного курса.

Связь с математикой. С определёнными математическими понятиями на начальном этапе обучения учащиеся знакомятся при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три - (параллельные прямые), в круг - (окружность) и т.д. Счет предметов, сравнение предметов, устные вычислительные приемы и т.д.

Связь с литературой. В процессе игры дети знакомятся с русским народным творчеством: считалками, песнями, прибаутками, поговорками.

Связь с окружающим миром. Для характеристики того или иного периода школьникам напоминают исторические события этого периода, объясняют историческую обусловленность взглядов, идей. Важно познакомить учащихся с жизненными процессами организма не только в состоянии покоя, но и во время мышечной деятельности.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общей развивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

Занятия проводятся в спортивном зале и на пришкольной площадке. Данная работа начинается на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде: подвижных игр, народных оздоровительных игр, прогулок, спортивно-оздоровительных часов, физкультурных праздников, спортивных соревнований.

Количество часов программы внеурочной деятельности и их место в учебном плане

Программа 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, 3, 4 классы по 34 часа.

Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- организация и проведение разнообразных мероприятий оздоровительного характера;
- организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- организация и проведение подвижных игр, активное использование спортивных площадок.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «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 овладения и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стресса устойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Мета предметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры», является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути ее достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- 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.

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.

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 партнера 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.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны **знать**:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

Должны уметь:

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Формы контроля знаний и умений

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины; конкурсы; ролевые игры; выполнение заданий соревновательного характера; оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1 класса (33 занятия)

Игры с бегом (6 часов).

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 «Медведи и пчелы». Игра «У медведя в лесу».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». 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 «Третий лишний». Игра «Шишки, желуди, орехи».

Игры с мячом (5 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 «Подвижная цель».

Игра с прыжками (5 часов).

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 «Веребочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».

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

Игры малой подвижности (5 часов).

Теория. Правильная осанка и ее значение для здоровья и хорошей учебы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

Практические занятия: Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зеленый». 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 «Построение в шеренгу».

Игра «Кто быстрее встанет в круг».

Зимние забавы (4 часов).

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

Практические занятия: Игры «Скатывание шаров», «Гонки снежных комов», «Клуб ледяных инженеров», «Мяч из круга», «Гонка с шайбами», «Черепahi».

Эстафеты (3 часа).

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

Практические занятия: □Беговые эстафеты. Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

Народные игры (5 часов)

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

Практические занятия: Разучивание народных игр. Игра «Чижик», «Золотые ворота», "Чехарда".

Учебно-тематический план программы «Подвижные игры» для 1 класса

№	Тема	Количество часов		
		Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Игры с бегом (общие развивающие игры).	6 ч.	1 ч.	4 ч.
2.	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5ч.	1 ч.	4 ч.

4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и пере лазанием; правильной осанки).	5ч.	1 ч.	4 ч.
5.	Зимние забавы.	4ч.	1 ч.	3 ч.
6.	Эстафеты.	3 ч.	1 ч.	2ч.
7.	Народные игры	5 ч.	1 ч.	4ч.
Итого:		33 ч.	7 ч.	26ч.

Формы организации внеурочных занятий

Программа предусматривает проведение традиционных занятий, нетрадиционных (игры, викторины, путешествия, экскурсии, проекты и т. д.), уроков с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (электронный дневник, мессенджеры Skype, Viber, WhatsUp, электронные образовательные платформы «Учи.ру», «Яндекс.Учебник», «ЯКласс», «Открытая школа», «Мобильное электронное образование», портал «Российская электронная школа», социальные сети) в форме чат-занятий, видеоуроков, онлайн-уроков, онлайн-консультаций, работы с электронным учебником, компьютерного тестирования, самостоятельной работы с учебниками и ресурсами сети Интернет, виртуальных экскурсий, индивидуальных телефонных консультаций в случае отсутствия технических условий в семье обучающегося.

Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 1 классов

№ п/п	Дата проведения	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Результаты универсальной учебной деятельности
				Теоретическая часть занятия/ Форма организации деятельности	Практическая часть занятия/ форма организации деятельности	
1.		Игры с элементами ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Сильный и ловкий»	Здоровые привычки.
2.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Фигуры», «Угадай чей голосок»	Умение работать в команде
3.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Совушка», «Выставка картин»	Развивать внимание
4.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Товарищ командир», «Светофор», «Угадай, чей голосок?»	Умение работать в команде
5.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Мяч соседу», «Запрещенное движение»	Развивать внимание
6.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
7.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Гонка мячей по рядам», «Запрещенное движение»	Умение работать в команде
8.		Эстафетный бег. ОФП Подвижные игры с бегом	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и щуки», «Пустое место», «Знамя»	Умение работать в команде
9.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Альпинисты», «Совушка»	Умение работать в команде
10.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Фигуры», «Гонка мечей по кругу», «Эстафета с лазаньем»	Умение работать в команде
11.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Народный мяч»	Сплочение коллектива
12.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Народный мяч»	Сплочение коллектива
13.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время	«Народный мяч»	Сплочение

				занятий.		коллектива
14.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«К своим флажкам», «Фигуры», «Салки»	
15.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
16.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
17.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Гуси - лебеди», «Через кочки, пенечки»	Умение работать в команде
18.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Бездомный заяц», «Караси и щуки», «Совушка» »	Умение работать в команде
19.		Подвижные игры ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Фигуры», «Невод», «День и ночь», «Класс, смирно! »	Умение работать в команде
20.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
21.		Игры с бегом ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки-пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде
22.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Два Мороза», «Пустое место»	Развивать внимание
23.		Подвижные игры ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
24.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Невидимка», «Эстафета с лазаньем»	Умение работать в команде
25.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Товарищ командир», «Мяч соседу», «Угадай, чей голосок?»	Умение работать в команде
26.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Гонка мячей по рядам», «Запрещенное движение»	Умение работать в команде
27.		Эстафетный бег. ОФП Подвижные игры с бегом	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и щуки», «Пустое место»	Сплочение коллектива

28.		Игры с мячом ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Мяч среднему», «Гонка мечей по кругу», «Эстафета с мячом »	Умение работать в команде
29.		Игры с бегом ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки, пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде
30.		Эстафетный бег. Подвижные игры с бегом:	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и щуки», «Пустое место»	Сплочение коллектива
31.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Салки», Эстафеты с мячами.	Сплочение коллектива
32.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	игра «Караси и щука», Эстафеты с обручами.	Сплочение коллектива
33.		Игры с бегом ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки, пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде

Содержание программы 2 класса (34 занятия)

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. Игры «Совушка», «Вороны и воробы».

Комплекс ОРУ в движении. Игры «К своим флажкам», «День и ночь».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игры «Вызов номеров», «Пустое место».

Упражнения с предметами. Игры «Невод», «Колесо».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза», «Воробы-попрыгунчики».

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. Игры «Салки на одной ноге», «Воробушки».

Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игры «Удочка», «Кто выше».

Комплекс ОРУ с мячами. Игры «Прыжки в приседе», «Пингвины с мячом».

Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игры «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения игр с мячом.

Практические занятия:

Совершенствование координации движений. Игры «Передал - садись», «Свечи».

Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игры «Охотники и утки», «Сбей мяч».

Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игры «Рак пятится назад», «Скорый поезд».

Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.

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

Игры малой подвижности (5 часов)

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

Практические занятия:

Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».

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

Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».

Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу».

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

Зимние забавы (4 часов)

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

Практические занятия:

Игра «Лепим снежную бабу».

Игра «Лепим сказочных героев».

Игра «Санные поезда».

Игра «На одной лыже».

Игра «Езда на перекладных».

Эстафеты (5 часов)

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

Практические занятия: Веселые старты

Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».

Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».

Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».

Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

Народные игры (5 часов)

Теория. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»

Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»

Разучивание народных игр. Игра «Котел»

Разучивание народных игр. Игра «Дедушка – сапожник».

Учебно-тематический план программы «Подвижные игры» для 2 класса

№	Тема	Количество часов		
		Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Игры с бегом (общие развивающие игры).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
2.	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5ч.	1 ч.	4 ч.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
5.	Зимние забавы.	4 ч.	1 ч.	3 ч.
6.	Эстафеты.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
7.	Народные игры	5 ч.	1 ч.	4ч.
Итого:		34 ч.	7 ч.	27 ч.

Формы организации внеурочных занятий

Программа предусматривает проведение традиционных занятий, нетрадиционных (игры, викторины, путешествия, экскурсии, проекты и т. д.), уроков с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (электронный дневник, мессенджеры Skype, Viber, WhatsUp, электронные образовательные платформы «Учи.ру», «Яндекс.Учебник», «ЯКласс», «Открытая школа», «Мобильное электронное образование», портал «Российская электронная школа», социальные сети) в форме чат-занятий, видеоуроков, онлайн-уроков, онлайн-консультаций, работы с электронным учебником, компьютерного тестирования, самостоятельной работы с учебниками и ресурсами сети Интернет, виртуальных экскурсий, индивидуальных телефонных консультаций в случае отсутствия технических условий в семье обучающегося.

Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 2 классов

№ п/п	Дата проведения	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Результаты универсальной учебной деятельности
				Теоретическая часть занятия/ Форма организации деятельности	Практическая часть занятия/ форма организации деятельности	
1.		Игры с элементами ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Сильный и ловкий»	Здоровые привычки.
2.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Фигуры», «Угадай чей голосок»	Умение работать в команде
3.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Совушка», «Выставка картин»	Развивать внимание
4.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Товарищ командир», «Светофор», «Угадай, чей голосок?»	Умение работать в команде
5.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Мяч соседу», «Запрещенное движение»	Развивать внимание
6.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
7.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Гонка мячей по рядам», «Запрещенное движение»	Умение работать в команде
8.		Эстафетный бег. ОФП Подвижные игры с бегом	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и щуки», «Пустое место», «Знамя»	Умение работать в команде
9.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Альпинисты», «Совушка»	Умение работать в команде
10.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Фигуры», «Гонка мечей по кругу», «Эстафета с лазаньем»	Умение работать в команде
11.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Народный мяч»	Сплочение коллектива
12.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Народный мяч»	Сплочение коллектива
13.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время	«Народный мяч»	Сплочение

				занятий.		коллектива
14.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«К своим флажкам», «Фигуры», «Салки»	
15.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
16.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
17.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
18.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Гуси - лебеди», «Через кочки, пенечки»	Умение работать в команде
19.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Бездомный заяц», «Караси и щуки», «Совушка» »	Умение работать в команде
20.		Подвижные игры ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Фигуры», «Невод», «День и ночь», «Класс, смирно! »	Умение работать в команде
21.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
22.		Игры с бегом ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки-пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде
23.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Два Мороза», «Пустое место»	Развивать внимание
24.		Подвижные игры ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
25.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Невидимка», «Эстафета с лазаньем»	Умение работать в команде
26.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Товарищ командир», «Мяч соседу», «Угадай, чей голосок?»	Умение работать в команде
27.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Гонка мячей по рядам», «Запрещенное движение»	Умение работать в команде

28.		Эстафетный бег. ОФП Подвижные игры с бегом	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и шуки», «Пустое место»	Сплочение коллектива
29.		Игры с мячом ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Мяч среднему», «Гонка мечей по кругу», «Эстафета с мячом »	Умение работать в команде
30.		Игры с бегом ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки, пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде
31.		Эстафетный бег. Подвижные игры с бегом:	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и шуки», «Пустое место»	Сплочение коллектива
32.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Салки», Эстафеты с мячами.	Сплочение коллектива
33.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	игра «Караси и шука», Эстафеты с обручами.	Сплочение коллектива
34		Игры с бегом ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки, пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде

Содержание программы 3 класса (34 занятия)

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 «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки».

Игра «Круговые пятнашки».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих».

Игры с мячом (5 часов)

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

Практические занятия:

Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик вверх». Игра «Свечи ставить».

Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча». Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».

Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта».

Игры с прыжками (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Игра «Дедушка - рожок».

Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки».

Комплекс ОРУ. Игра «Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки».

Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

Игры малой подвижности (5 часов)

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

Практические занятия:

Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».

Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»

Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».

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

Зимние забавы (4 часов)

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

Игра «Строим крепость».

Игра «Взятие снежного городка».

Игра «Лепим снеговика».

Игра «Меткой стрелок».

Эстафеты (5 часов)

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

Практические занятия:

Эстафеты «Передал - садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».

Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».

Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

Народные игры (5 часов)

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».

Учебно-тематический план программы «Подвижные игры» для 3 класса

№	Тема	Количество часов		
		Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Игры с бегом (общие развивающие игры).	5ч.	1 ч.	4 ч.
2.	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
5.	Зимние забавы.	4 ч.	1 ч.	3 ч.
6.	Эстафеты.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
7.	Народные игры	5ч.	1 ч.	4 ч.
Итого:		34 ч.	7 ч.	27 ч.

Формы организации внеурочных занятий

Программа предусматривает проведение традиционных занятий, нетрадиционных (игры, викторины, путешествия, экскурсии, проекты и т. д.), уроков с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (электронный дневник, мессенджеры Skype, Viber, WhatsUp, электронные образовательные платформы «Учи.ру», «Яндекс.Учебник», «ЯКласс», «Открытая школа», «Мобильное электронное образование», портал «Российская электронная школа», социальные сети) в форме чат-занятий, видеоуроков, онлайн-уроков, онлайн-консультаций, работы с электронным учебником, компьютерного тестирования, самостоятельной работы с учебниками и ресурсами сети Интернет, виртуальных экскурсий, индивидуальных телефонных консультаций в случае отсутствия технических условий в семье обучающегося.

Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 3 классов

№ п/п	Дата проведения	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Результаты универсальной учебной деятельности
				Теоретическая часть занятия/ Форма организации деятельности	Практическая часть занятия/ форма организации деятельности	
1.		Игры с элементами ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Сильный и ловкий»	Здоровые привычки.
2.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Фигуры», «Угадай чей голосок»	Умение работать в команде
3.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Совушка», «Выставка картин»	Развивать внимание
4.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Товарищ командир», «Светофор», «Угадай, чей голосок?»	Умение работать в команде
5.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Мяч соседу», «Запрещенное движение»	Развивать внимание
6.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
7.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Гонка мячей по рядам», «Запрещенное движение»	Умение работать в команде
8.		Эстафетный бег. ОФП Подвижные игры с бегом	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и щуки», «Пустое место», «Знамя»	Умение работать в команде
9.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Альпинисты», «Совушка»	Умение работать в команде
10.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Фигуры», «Гонка мечей по кругу», «Эстафета с лазаньем »	Умение работать в команде
11.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Народный мяч»	Сплочение коллектива
12.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Народный мяч»	Сплочение коллектива
13.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время	«Народный мяч»	Сплочение

				занятий.		коллектива
14.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«К своим флажкам», «Фигуры», «Салки»	
15.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
16.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
17.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
18.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Гуси - лебеди», «Через кочки, пенечки»	Умение работать в команде
19.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Бездомный заяц», «Караси и щуки», «Совушка» »	Умение работать в команде
20.		Подвижные игры ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Фигуры», «Невод», «День и ночь», «Класс, смирно! »	Умение работать в команде
21.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
22.		Игры с бегом ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки-пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде
23.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Два Мороза», «Пустое место»	Развивать внимание
24.		Подвижные игры ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
25.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Невидимка», «Эстафета с лазаньем»	Умение работать в команде
26.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Товарищ командир», «Мяч соседу», «Угадай, чей голосок?»	Умение работать в команде
27.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Гонка мячей по рядам», «Запрещенное движение»	Умение работать в команде

28.		Эстафетный бег. ОФП Подвижные игры с бегом	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и шуки», «Пустое место»	Сплочение коллектива
29.		Игры с мячом ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Мяч среднему», «Гонка мечей по кругу», «Эстафета с мячом »	Умение работать в команде
30.		Игры с бегом ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки, пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде
31.		Эстафетный бег. Подвижные игры с бегом:	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и шуки», «Пустое место»	Сплочение коллектива
32.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Салки», Эстафеты с мячами.	Сплочение коллектива
33.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	игра «Караси и шука», Эстафеты с обручами.	Сплочение коллектива
34.		Игры с бегом ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки, пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде

Содержание программы 4 класса (34 занятия)

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 «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки».

Игра «Круговые пятнашки».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих».

Игры с мячом (5 часов)

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

Практические занятия:

Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик вверх». Игра «Свечи ставить».

Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча». Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».

Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта».

Игры с прыжками (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Игра «Дедушка - рожок».

Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки».

Комплекс ОРУ. Игра «Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки».

Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

Игры малой подвижности (5 часов)

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

Практические занятия:

Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».

Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»

Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».

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

Зимние забавы (4 часов)

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

Игра «Строим крепость».

Игра «Взятие снежного городка».

Игра «Лепим снеговика».

Игра «Меткой стрелок».

Эстафеты (5 часов)

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

Практические занятия:

Эстафеты «Передал - садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».

Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».

Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

Народные игры (5 часов)

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».

Учебно-тематический план программы «Подвижные игры» для 4 класса

№	Тема	Количество часов		
		Общее количество часов	Теория	Практика
1.	Игры с бегом (общие развивающие игры).	5ч.	1 ч.	4 ч.
2.	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.
5.	Зимние забавы.	4 ч.	1 ч.	3 ч.
6.	Эстафеты.	5 ч.	1 ч.	4 ч.
7.	Народные игры	5ч.	1 ч.	4 ч.
Итого:		34 ч.	7 ч.	27 ч.

Формы организации внеурочных занятий

Программа предусматривает проведение традиционных занятий, нетрадиционных (игры, викторины, путешествия, экскурсии, проекты и т. д.), уроков с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (электронный дневник, мессенджеры Skype, Viber, WhatsUp, электронные образовательные платформы «Учи.ру», «Яндекс.Учебник», «ЯКласс», «Открытая школа», «Мобильное электронное образование», портал «Российская электронная школа», социальные сети) в форме чат-занятий, видеоуроков, онлайн-уроков, онлайн-консультаций, работы с электронным учебником, компьютерного тестирования, самостоятельной работы с учебниками и ресурсами сети Интернет, виртуальных экскурсий, индивидуальных телефонных консультаций в случае отсутствия технических условий в семье обучающегося.

Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 4 классов

№ п/п	Дата проведения	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Результаты универсальной учебной деятельности
				Теоретическая часть занятия/ Форма организации деятельности	Практическая часть занятия/ форма организации деятельности	
1.		Игры с элементами ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Сильный и ловкий»	Здоровые привычки.
2.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Фигуры», «Угадай чей голосок»	Умение работать в команде
3.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Совушка», «Выставка картин»	Развивать внимание
4.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Товарищ командир», «Светофор», «Угадай, чей голосок?»	Умение работать в команде
5.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Мяч соседу», «Запрещенное движение»	Развивать внимание
6.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
7.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Гонка мячей по рядам», «Запрещенное движение»	Умение работать в команде
8.		Эстафетный бег. ОФП Подвижные игры с бегом	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и щуки», «Пустое место», «Знамя»	Умение работать в команде
9.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Альпинисты», «Совушка»	Умение работать в команде
10.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Фигуры», «Гонка мечей по кругу», «Эстафета с лазаньем»	Умение работать в команде
11.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Народный мяч»	Сплочение коллектива
12.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Народный мяч»	Сплочение коллектива
13.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время	«Народный мяч»	Сплочение

				занятий.		коллектива
14.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«К своим флажкам», «Фигуры», «Салки»	
15.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
16.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
17.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Перестрелка»	Сплочение коллектива
18.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Гуси - лебеди», «Через кочки, пенечки»	Умение работать в команде
19.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Бездомный заяц», «Караси и щуки», «Совушка» »	Умение работать в команде
20.		Подвижные игры ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Фигуры», «Невод», «День и ночь», «Класс, смирно! »	Умение работать в команде
21.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
22.		Игры с бегом ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки-пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде
23.		Подвижные игры ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Два Мороза», «Пустое место»	Развивать внимание
24.		Подвижные игры ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Класс, смирно!», «Мяч среднему», «Шишки, желуди, орехи»	Умение работать в команде
25.		Подвижные игры на координацию ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Запрещенное движение», «Невидимка», «Эстафета с лазаньем»	Умение работать в команде
26.		Подвижные игры на внимание ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Товарищ командир», «Мяч соседу», «Угадай, чей голосок?»	Умение работать в команде
27.		Подвижные игры на скорость ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Космонавты», «Гонка мячей по рядам», «Запрещенное движение»	Умение работать в команде

28.		Эстафетный бег. ОФП Подвижные игры с бегом	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и шуки», «Пустое место»	Сплочение коллектива
29.		Игры с мячом ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Мяч среднему», «Гонка мечей по кругу», «Эстафета с мячом »	Умение работать в команде
30.		Игры с бегом ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки, пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде
31.		Эстафетный бег. Подвижные игры с бегом:	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Караси и шуки», «Пустое место»	Сплочение коллектива
32.		Спортивная игра на внимание ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Салки», Эстафеты с мячами.	Сплочение коллектива
33.		Спортивная игра ОРУ	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	игра «Караси и шука», Эстафеты с обручами.	Сплочение коллектива
34.		Игры с бегом ОРУ ОФП	1	Инструктаж по Т.Б. во время занятий.	«Через кочки, пенечки», «Совушка»	Умение работать в команде