

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области

Администрация городского округа муниципального образования

«ГОРОД ТУЛУН»

МБОУ «ООШ № 5»

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО
учителей начальных классов
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР

Янтрихинская Д.А.

УТВЕРЖДЕНО

Директор
МБОУ «ООШ № 5»

Аверьянова А.П.
Приказ № 58
от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

для обучающихся 1-4 классов

начального общего образования

Тулун, 2024

Пояснительная записка

Курс «Спортивные игры» реализует спортивно-оздоровительное и гражданско - патриотическое направления во внеурочной деятельности..

Цель курса: содействие укреплению здоровья, приобщению детей к физической культуре и потребности заботиться о своем здоровье в процессе активного их участия в народных играх и состязаниях.

Задачи:

- познакомить учащихся с разнообразием подвижных спортивных игр;
- содействовать привитию интереса и потребности к повседневным занятиям подвижными играми, физическими упражнениями, спортом, как одному из условий здорового образа жизни;
- обучить правилам поведения в процессе коллективных действий;
- воспитывать чувство коллективизма, целеустремлённости, самостоятельности, ответственности за свои действия;
- развивать двигательную активность в спортивных играх и состязаниях.
- воспитывать бережное отношение к окружающей среде, к народным традициям.

Форма организации обучения: командная, малыми группами, индивидуальная.

Занятия проводятся 1 раза в неделю, с недельной нагрузкой 1 час, курс рассчитан на 33 часа в 1-ом классе, 34 часа во 2-ом классе и по 17 часов в 3 и 4 классах в год. Продолжительность занятия 40 минут.

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с федеральной образовательной программой начального общего образования. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и спортивно-оздоровительное и гражданско-патриотическое развитие ребёнка.

Это проявляется:

- в выделении в цели программы ценностных приоритетов;
- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлеченность в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

Содержание курса направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Планируемые результаты освоения программы.

Первый уровень результатов - это приобретение школьниками социальных знаний. Таких как - общественные нормы, устройство общества, социально одобряемых и не одобряемых форм поведения в обществе, первичное понимание социальной реальности и повседневной жизни.

Второй уровень результатов - это получение школьником опыта переживания и

позитивного отношения к базовым ценностям общества. Таким как - человек, семья, Родина, природа, мир, труд, культура.

Третий уровень результатов - это получение школьниками опыта самостоятельного общественного действия.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* - через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты - через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья - отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её 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.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.
- **Коммуникативные УУД:**
- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

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

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Предметные результаты: Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

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

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **смогут получить знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

Основной показатель реализации программы «Спортивные игры» - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической,

технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях.

Содержание программы 1 класс

№ п/п	Название раздела	Содержание	Формы организации	Виды деятельности
1	Введение	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Способы деления на команды (группы). Разучивание считалок. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков.	Беседа	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
2	Игры на совершенствование навыков бега	<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. <i>Практические занятия:</i> 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 пчёлы». Игра «У медведя во бору». 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, жёлуди, орехи».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
3	Игры на совершенствование навыков в прыжках	<i>Теория.</i> Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. <i>Практические занятия:</i> Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная

4	Игры на совершенствование метаний на дальность и точность	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».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
5	Спортивный калейдоскоп	<i>Теория.</i> Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. <i>Практические занятия:</i> Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты». Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
6	Итоговые занятия	Эстафеты, спортивные состязания, Игры.	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная

2 класс

№ п/п	Название раздела	Содержание	Формы организации	Виды деятельности
1.	Игры на совершенствование навыков бега	<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега <i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи» • Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». • Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо» • Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
2.	Игры на совершенствование навыков в прыжках	<i>Теория.</i> Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой <i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки». • Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше» • Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом». • Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
3.	Игры на совершенствование	<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при играх с мячом.	Соревнования,	Спортивно-

	метаний на дальность и точность	<i>Практические занятия:</i> • Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи». • Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч» • Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». • Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	спортивная игра	оздоровительная, досугово-развлекательная
4.	Спортивный калейдоскоп	<i>Теория.</i> Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. <i>Практические занятия:</i> • 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?»	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
5.	Итоговые занятия	<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки <i>Практические занятия:</i> • Веселые старты	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная

		• Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек». • Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд». • Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны». • Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».		
--	--	---	--	--

3 класс

№ п/п	Название раздела	Содержание	Формы организации	Виды деятельности
1.	Игры на совершенствование навыков бега	<i>Теория:</i> Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы. <i>Практические занятия:</i> • 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»	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
2.	Игры на совершенствование навыков в прыжках	<i>Теория.</i> Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок. <i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок». • Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки». • Комплекс ОРУ. Игра «Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки». • Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная

		Игра «Кто первый?».		
3.	Игры на совершенствование метаний на дальность и точность	<i>Теория.</i> Правила техники безопасности при игре с мячом. <i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить» • Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч». • Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город». • Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
4.	Спортивный калейдоскоп	<i>Теория.</i> Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании. <i>Практические занятия:</i> • Игра «Строим крепость». • Игра «Взятие снежного городка». • Игра «Лепим снеговика». • Игра «Меткой стрелок».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
5.	Итоговые занятия	<i>Теория.</i> Разбивание разными способами команд на группы. <i>Практические занятия:</i> • Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка» и др.		

4 класс

№ п/п	Название раздела	Содержание	Формы организации	Виды деятельности
-------	------------------	------------	-------------------	-------------------

1.	Игры на совершенствование навыков бега	<i>Теория.</i> Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок. <i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек». • Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
2.	Игры на совершенствование навыков в прыжках	<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок. <i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка». • Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
3.	Игры на совершенствование метаний на дальность и точность	<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. <i>Практические занятия:</i> • Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». • Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». • Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная
4.	Спортивный калейдоскоп	<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение. <i>Практические занятия:</i> • Игра «Снежком по мячу». • Игра «Пустое место».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная

		- Игра «Кто дальше» (на лыжах). - Игра «Быстрый лыжник».		
5.	Итоговые занятия	<i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок. <i>Практические занятия:</i> - Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами. - Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	Соревнования, спортивная игра	Спортивно-оздоровительная, досугово-развлекательная

Формы учета рабочей программы воспитания в рабочей программе по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Рабочая программа воспитания МБОУ «ООШ № 5» реализуется через использование воспитательного потенциала занятий курса внеурочной деятельности «Подвижные игры». Эта работа осуществляется в следующих формах:

- побуждение обучающихся соблюдать на занятиях общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на занятиях предметов, явлений, событий через: демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности; использование на занятиях информации, затрагивающей важные социальные, нравственные, этические вопросы;
- использование воспитательных возможностей содержания занятий для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих проблемных ситуаций для обсуждения в группе;
- инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личного отношения к изучаемым событиям, лицам;
- включение в занятия игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в группе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятий;
- применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию

с другими обучающимися;

- выбор и использование на занятиях методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в занятия различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.
- установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на занятиях эмоционально-комфортной среды.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	теория	практические работы	
1.	Введение	1	1		Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
2.	Игры на совершенствование навыков бега	8	0,5	7,5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
3.	Игры на совершенствование навыков в прыжках	6	0,5	5,5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
4.	Игры на совершенствование метаний на дальность и точность	8	0,5	7,5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
5.	Спортивный калейдоскоп	8	0,5	7,5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
6.	Итоговые занятия	2	0,5	1,5	
		33	3,5	29,5	

2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	теория	практические работы	
2.	Игры на совершенствование навыков бега	8	0,5	7,5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
3.	Игры на совершенствование навыков в прыжках	7	0,5	6,5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
4.	Игры на совершенствование метаний на дальность и точность	8	0,5	7,5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
5.	Спортивный калейдоскоп	9	0,5	8,5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
6.	Итоговые занятия	2	0,5	1,5	
		34	2,5	31,5	

3 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	теория	практические работы	
2.	Игры на совершенствование навыков бега	10	2	8	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
3.	Игры на совершенствование навыков в прыжках	6	1	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
4.	Игры на совершенствование метаний на дальность и точность	8	1	7	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
5.	Спортивный калейдоскоп	8	1	7	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
6.	Итоговые занятия	2	0,25	1,75	
		34	5,25	28,75	

4 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	теория	практические работы	
2.	Игры на совершенствование навыков бега	10	2	8	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
3.	Игры на совершенствование навыков в прыжках	6	1	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
4.	Игры на совершенствование метаний на дальность и точность	8	1	7	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
5.	Спортивный калейдоскоп	8	1	7	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
6.	Итоговые занятия	2	0,25	1,75	
		34	5,25	28,75	

Календарно-тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1.	Инструктаж по ТБ. Игра «Фигуры».	1	05.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2.	Игра «Волки, зайцы, лисы».	1	12.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3.	«Мишка на прогулке». Игра «У медведя во бору».	1	19.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4.	Игра «Второй лишний».	1	26.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5.	Игра ««Фигуры».	1	03.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6.	Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1	10.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

7.	Игра «Мяч по полу».	1	17.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
8.	Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик».	1	24.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
9.	Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».	1	07.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
10.	Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	1	14.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
11.	Игра «Мяч соседу».	1	21.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
12.	Игра «Подвижная цель».	1	28.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
13.	Игра «Прыгающие воробышки».	1	05.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
14.	Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».	1	12.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
15.	Игра «Зеркало».	1	19.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
16.	Игра «Выше ножки от земли».	1	26.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
17.	Игра «Гонки снежных комов».	1	16.01.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
18.	Игра «Мяч из круга».	1	23.01.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
19.	Игра «Гонка».	1	30.01.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
20.	Игра «Альпинисты».	1	06.02.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
21.	Игра «Красный, зелёный». Игра «Поезд».	1	13.02.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
22.	Игра «Копна – тропинка – кочки».	1	27.02.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
23.	Игра «Построение в шеренгу».	1	06.03.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
24.	Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1	13.03.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

25.	Знакомство с правилами проведения эстафет.	1	20.03.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
26.	Беговая эстафеты.	1	03.04.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
27.	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками).	1	10.04.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
28.	Игра "Чехарда".	1	17.04.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
29.	Игра «Золотые ворота».	1	24.04.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
30.	Игра «Чижик».	1	15.05.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
31.	Игра «Золотые ворота».	1	22.05.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
Итого:		31		

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1.	ТБ. Игра «Вороны и воробьи»	1	05.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2.	Игра «Совушка».	1	12.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3.	Игра «День и ночь».	1	19.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4.	Игра «Вызов номеров»	1	26.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5.	Игра «Два мороза».	1	03.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6.	Игра «Воробушки».	1	10.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7.	Игра «Салки на одной ноге	1	17.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

8.	Игра «Кто выше»	1	24.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
9.	Игра «Пингвины с мячом».	1	07.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
10.	Игра «Поймай лягушку».	1	14.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
11.	Игра «Свечи».	1	21.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
12.	Игра «Передал – садись».	1	28.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
13.	Игра «Охотники и утки».	1	05.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
14.	Игра «Рак пятится назад».	1	12.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
15.	Игра «Кто самый меткий».	1	19.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
16.	Игра «Не упусти мяч»	1	26.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
17.	Игра "Два Мороза"	1	16.01.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
18.	Игра «Карлики и великаны».	1	23.01.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
19.	Игра «Кошка и мышка».	1	30.01.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
20.	Игра «Чемпионы скакалки».	1	06.02.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
21.	Игра «Что изменилось?»	1	13.02.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
22.	Игра «Лепим сказочных героев».	1	20.02.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
23.	Игра «Лепим снежную бабу».	1	27.02.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
24.	Игра «Санные поезда».	1	06.03.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
25.	Игра «Езда на перекладных»	1	13.03.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

26.	Эстафеты «Бег сороконожек».	1	20.03.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
27.	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1	03.04.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
28.	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1	10.04.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
29.	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	1	17.04.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
30.	Игра «Чехорда»	1	24.04.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
31.	Игра «Бегунок»	1	15.05.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
32.	Игра «Верёвочка». Подведение итогов.	1	22.05.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
Итого:		32		

3 класс

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1.	Инструктаж по технике безопасности. Игры «Филин и пташки», «Круговые пятнашки».	1	05.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2.	Игра «Палочки – выручалочки».	1	12.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3.	Игра «Много троих, хватит двоих».	1	19.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4.	Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1	26.09.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5.	Игры «Дай руку», «Перебежки в парах».	1	03.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6.	Игра «Летучий мяч».	1	10.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7.	Игра «Гонка мячей».	1	17.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game

8.	Игра «Попади в цель».	1	24.10.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
9.	Игры «Стой!», «Пушбол».	1	07.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
10.	Игры «Мяч – соседу», «С двумя мячами навстречу».	1	14.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
11.	Игра «Кружилиха».	1	21.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
12.	Игра «Скакалка-подсекалка».	1	28.11.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
13.	Игра «Придумай и покажи».	1	05.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
14.	Игра «Успей пробежать!»	1	12.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
15.	Игра «Под скакалкой на месте».	1	19.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
16.	. Игра «Снежный тир».	1	26.12.2024	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
17.	Игра «На санках с пересадкой».	1	16.01.2025	Физкульт.Ура https://www.fizkultura.ru/mobile_game
18.	Игра «Строим крепость».	1	23.01.2025	Физкульт.Ура
19.	Игра «Осада снежной крепости».	1	30.01.2025	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
20.	Игра «Лепим снеговика».	1	06.02.2025	Физкульт.Ура
21.	Игры «Бой петухов», «Третий лишний с сопротивлением».	1	13.02.2025	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
22.	Игра «Сильная хватка».	1	20.02.2025	Физкульт.Ура
23.	Игра «Борьба за палку», «Скачки»	1	27.02.2025	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
24.	Игра «Выталкивание в приседе».	1	06.03.2025	Физкульт.Ура
25.	Игры «Тяни в круг», «Слон».	1	13.03.2025	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
26.	Спортивные соревнования. Игра «Неуловимый шнур».	1	20.03.2025	Физкульт.Ура
27.	Игра «Вокруг стульев».	1	03.04.2025	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
28.	Игра «Вернись в круг».	1	10.04.2025	Физкульт.Ура
29.	Игра «Проворные мотальщики».	1	17.04.2025	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
30.	Игра «Быстрые пальцы».	1	24.04.2025	Физкульт.Ура
31.	Эстафета с передачей мяча.	1	15.05.2025	https://www.fizkultura.ru/mobile_game

32.	Весёлая эстафета с воздушными шарами.	1	22.05.2025	Физкульт.Ура
	Итого:	32		

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	ТБ. Игра «Мешочек».	1	05.09.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
2	Игра «Бег командами»	1	12.09.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
3	Игра «Городок».	1	19.09.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
4	Игра «Ловкие ребята».	1	26.09.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
5	Игра «Пятнашки в кругу».	1	03.10.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
6	Игра «Мяч среднему».	1	10.10.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
7	Игра «Мяч в центре».	1	17.10.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
8	Игра «Мяч – соседу».	1	24.10.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
9	Игра «Отгадай, кто бросил».	1	07.11.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
10	Игра «Мяч в центре».	1	14.11.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
11	Игра «Зайцы в огороде».	1	21.11.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
12	Игра «Туда- обратно».	1	28.11.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
13	Игра «белые медведи».	1	05.12.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
14	Игра «Карусели».	1	12.12.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
15	Игра «Ловушка».	1	19.12.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
16	Игра «Что изменилось?».	1	26.12.2024	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
17	Игра «Кто дальше бросит?».	1	16.01.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
18	Игра «Точный телеграф».	1	23.01.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
19	Игра «Наблюдатели».	1	30.01.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
20	Игра «Ориентирование без карты».	1	06.02.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
21	Игра «Пустое место».	1	13.02.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
22	Игра «Снежком по мячу».	1	20.02.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
23	Игра «Кто дальше»	1	27.02.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
24	Игра «Быстрый лыжник».	1	06.03.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
25	«Кто первый?», эстафета парами.	1	13.03.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

26	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставкой подвижного мяча.	1	20.03.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
27	Эстафета с лазанием и перелезанием,	1	03.04.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
28	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1	10.04.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
29	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	17.04.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
30	Игра «Салки с домом»	1	24.04.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
31	Игра "Салки".	1	15.05.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
32	Игра "Малечина - колечина".	1	22.05.2025	https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
Общее количество часов по программе		32		

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября»
4. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель
5. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель,
6. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Физкульт.Ура

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