

Частное общеобразовательное учреждение
«Начальная школа «Росток»
(ЧОУ «НШ «Росток»)
Октябрьская ул., д.13, Ухта, Республика Коми, 169300
Тел.: 8(8216) 76-02-80, E-mail: rostok@ugtu.net
Сайт: <http://rostok11.ru>
ОКПО 16935804 ОГРН 1141100001030
ИНН/КПП 1102990415/11020100

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол № 1
от «29» августа 2024

УТВЕРЖДЕНО
Приказом по ЧОУ «НШ «Росток»
от 30.08.2024 №89

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

для обучающихся 1 – 4 классов

направление – спортивно-оздоровительная деятельность

Срок реализации – 4 года

Пояснительная записка

Программа «Подвижные игры» на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования ФГОС НОО, с учетом ООП НОО ЧОУ «НШ «Росток», а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Предметом обучения данного курса является двигательная деятельность обучающихся 1-4 классов ЧОУ «НШ «Росток» посещающих группу продленного дня с общеразвивающей направленностью с учётом сенситивных периодов развития обучающихся начального общего образования: гибкость, равновесие 7-10 лет, быстрота, выносливость 8-9 лет, координация, скоростно-силовые качества 9-10 лет.

Приобретаемые на уроках физической культуры знания, умения и навыки должны в последующем закрепляться в системе самостоятельных форм физических упражнений: утренней зарядке, гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх во время перемен и во время прогулок, дополнительных занятий во внеурочное время.

Внеучебная деятельность по спортивно-оздоровительному направлению увеличивает пространство, в котором школьники могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества.

Кроме этого, в процессе овладения этой деятельностью формируется костно-мышечная система, укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются необходимые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Всё это делает чрезвычайно актуальной программу внеурочной деятельности «Подвижные игры» для младших школьников.

Цели и задачи курса

Цель курса: удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи данного курса:

обучающие:

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- познакомить с играми различной направленности;
- обучить правилам различных подвижных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

развивающие:

- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие природных задатков и способностей учащихся;
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

воспитательные:

- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучение умению работать индивидуально и в группе;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.

Форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности

Занятия входят в спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности для решения задач воспитания и социализации детей и проводятся во время прогулки в группе продленного дня.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

Теоретический материал программы предлагается в форме бесед до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности, в ходе которой дети узнают много интересного об истории происхождения и развития различных игровых видов деятельности; знакомятся с правилами игры, правилами общения, правилами безопасного поведения на занятиях и во время самостоятельно организованных игр.

В практическую часть программы помимо игр различных народов, входят комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов. Комплексы регулярно обновляются.

При проведении занятий учитываются индивидуальные особенности обучающихся, уровень их физической подготовленности и состояние здоровья.

Все занятия проводятся на улице.

Реализация данной программы соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение во внеурочное время в объеме 135 часов: 1 класс (33 часа в год), 2 класс (34 часа в год) 3 класс (34 часа в год), 4 класс (34 часа в год).

Планируемые результаты освоения курса обучающимися

Игры являются средством формирования у обучающихся универсальных учебных действий: познавательных, личностных, регулятивных, коммуникативных.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры на улице» 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 освоения программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры на улице» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- **Определять и формулировать** цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- **Характеризовать** явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
- **Находить ошибки** при проведении игр, отбирать способы их исправления.
- **Обеспечивать** защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игровой деятельности.
- **Организовывать** самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр.
- **Планировать и распределять** нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности
- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.
- Технически правильно **выполнять** двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.
- Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели.

Коммуникативные УУД:

- **Умение общаться и взаимодействовать** со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.
- **Управлять эмоциями** при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в больших и малых группах.
- Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
- Умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг.
- излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью.
- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, 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 игр.
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью.
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время игр.
- 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.
- подавать команды, вести подсчет при организации и проведении игр.
- применять в игровой деятельности технические действия из базовых видов спорта.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности

- 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 всех его проявлениях.

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

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

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся

воздушно-капельным путем;

- особенности влияния внешних факторов на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- общепринятые правила в игре, в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

уметь:

- организовывать себя во время игры;
- соблюдать правила игры;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ;
- определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные навыки;
- использовать полученные на занятиях навыки в быту;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, ушибах, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- находить выход из сложившейся ситуации;
- принимать разумные решения во время игры;
- адекватно оценивать себя;
- выбирать правильные решения для блага команды;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру.

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Текущая проверка возможна при проведении каждой игры. В конце каждой четверти 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.

Перечисленные умения оцениваются с учётом допускаемых ошибок. Условно их разделяют на: **мелкие и существенные.**

К мелким можно отнести ошибки, связанные с небольшими отклонениями от целесообразного использования двигательных действий, но не оказывающие явно отрицательного влияния на результат игровых действий; пассивность ученика во взаимодействиях с другими играющими, нарушение второстепенных правил игры.

Существенными ошибками можно считать нецелесообразное применение двигательных действий, которые нарушают, искажают ход игры или не соответствуют требованиям этики игры; несогласованность взаимодействий играющих; преимущественно игра на себя; незнание или нарушение основных правил.

По окончании курса проводится итоговая аттестация учащихся, содержание которой включает в себя учебные задания по изученным подвижным играм, разработанные в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта общего образования и настоящей примерной программой.

Программа предполагает самостоятельную игровую деятельность учащихся, направленную на

организацию и проведение соревнований и праздников по играм внутри класса, подвижных перемен, внутришкольных мероприятий с включением подвижных игр, где организаторами будут сами учащиеся.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

80% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся на свежем воздухе. Остальное время распределено на всевозможные тематические беседы, часы здоровья, подготовку и проведение различных соревнований и внеклассных мероприятий на формирование здорового образа жизни.

Содержание тем курса

1 класс

Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Медведи и пчелы», «Дед мороз», «У медведя во бору», «Два мороза», «Белые медведи», «Охотники и олени», «День и ночь», «Совушка».

Игры с бегом: «Пятнашки», «Кто быстрее встанет в круг», «Кошки - мышки», «Прятки».

Игры с прыжками: «Прыжки по кочкам», «Прыжки по полоскам».

Игры с метанием: «Точно в цель», «Кто дальше бросит», «Попади в ворота».

Игры с лазанием и перелезанием: «Поезд», «Альпинисты».

Игры со скакалкой: «Зеркало», «Алфавит».

Игры с бросками и ловлей мяча: «Зайчик-попрыгайчик», «Догони мяч», «Кого назвали тот и ловит».

Игры на внимание: «Правильно – неправильно», «Копна – тропинка – кочка», «Быстро шагай!», «Двенадцать палочек», «Запрещенное движение», «Пол, потолок, нос», «Великаны - лилипуты».

2 класс

Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Охотники и утки», «Третий лишний», «Караси и щука», «Тише едешь, дальше будешь», «Совушка», «Море волнуется – раз!», «Два мороза».

Игры с бегом: «Пустое место», «Салки – ноги от земли», «Хитрая лиса».

Игры с прыжками: «Волк во рву», «Лягушата и цапля», «Парашютисты», «Попрыгунчики-воробушки».

Игры с метанием: «Лучшие стрелки», «Кто дальше бросит».

Игры с лазанием и перелезанием: «Охотники за обезьянами».

Игры со скакалкой: «Зеркало».

Игры с бросками и ловлей мяча: «Мяч водящему», «Кто дальше бросит».

Игры с элементами футбола: «Забей гол», «Точно в цель».

Игры на внимание: «Правильно – неправильно», «Класс! Смирно!», «Запрещенное движение».

3 класс

Игры с элементами общеразвивающих упражнений: «Путаница», «На льдине», «Узнай голос», «Я знаю пять имен».

Игры с бегом: «Цепи кованные», «Шишки, желуди, орехи», «На обломках корабля», «Кошки-мышки», «Чай, чай, выручай», «Бездомный заяц», «Ручеек», «Третий лишний», «Гусеница», «Салки», «Два Мороза», «Горячая картошка», «12 палочек».

Игры с бросками и ловлей мяча: «Зверь, рыба, птица», «Боулинг», «Охотники и утки», «Не пропусти мяч».

Игры с прыжками: «Прыжки через скакалку», «Веревочка под ногами».

Игры с метанием: «Снайпер», «Снежком по мячу», «Крепости», «Перестрелка».

Игры с лазанием и перелезанием: «Полоса препятствий», «эстафеты».

Поисковые игры: «Прятки», «Горячо-холодно».

Игры на внимание: «Воробьи и вороны», «Узнай голос», «Услышь свое имя», «Цвета», «Испорченный телефон», «Тише едешь, дальше будешь», «Съедобное, несъедобное», «Сантики, фантики», «Молекулы», «Золотые ворота», «Запрещенное движение».

Игры с элементами футбола: «Передача мяча ногами», «Передача мяча головой», «Точно в цель».

4 класс

Игры с бегом: «Сумей догнать», «Два мороза», «Салки на 1 ноге».

Игры с прыжками: «Чемпионы скакалки», «Придумай и покажи», «Кто дальше», «Перетягивание прыжками».

Игры с метанием, передачами и ловлей мяча: «Метко в цель», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Вышибала», «Обгони мяч», «Подвижная цель».

Игры - эстафеты: «Большая круговая эстафета».

Игры с лазанием и перелезанием: «Кошки - мышки», «Цепи кованые».

Игры с разными предметами: «Двенадцать палочек», «Лапта», «Городки».

Поисковые игры: «Прятки», «Горячо - холодно».

Игры зимой: «Игра в снежки», «Строительные игры из снега».

Игры на развитие психических процессов:

- **внимания:** «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Запомни порядок»;

- **воображения:** «Узнай, кто я?»;

Подвижные игры с элементами спортивных игр: футбол по упрощенным правилам.

Тематическое планирование

1 класс

Тема	Форма проведения	Кол. часов	ЦОР/ЭОР
1 четверть – 8 часов			
Техника безопасности при проведении подвижных игр	Беседа	1	https://resh.edu.ru/subject/
Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игры: «У медведя во бору», «День и ночь»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры со скакалкой	Игры: «Зеркало», «Алфавит»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры прыжками	Игра: «Прыжки по кочкам»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры лазанием и перелезанием	Игра: «Поезд»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бросками и ловлей мячей	Игры : «Зайчик попрыгайчик», «Точно в цель»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игра: «Великаны-лилипуты»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры бегом	Игры: «Прятки», «Кто быстрее встанет в круг»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
2 четверть – 8 часов			
Подвижные игры прыжками	Игра: «Прыжки по полоскам»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры лазанием и	Игра: «Альпинисты»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213

перелезанием			
Подвижные игры с метанием, бросками и ловлей мячей	Игра: «Кого назвали, тот и ловит», «Кто дальше бросит»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игра: «Запрещенное движение!»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игры: «Два Мороза», «Белые медведи», «Охотники и олени», «Совушка»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бегом	Игра: «Пятнашки»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
3 четверть – 9 часов			
Подвижные игры с бегом	Игра: «Кошки-мышки»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с прыжками	Игра: «Прыгающие воробушки»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие меткости	Игры: «Кто дальше бросит», «Крепости»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игры: «Дед Мороз», «Белые медведи», «Два мороза», «Совушка»	3	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с лазанием и перелезанием	Игра: «Поезд»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игра: «Великаны - лилипуты»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Веселые старты	Эстафеты	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
4 четверть - 8 часов			
Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игры: «День и ночь», «Медведи и пчелы»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с лазанием и перелезанием	Игры: «Альпинисты», «Поезд»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игра: «Двенадцать палочек»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бегом	Игры: «Прядки», «Кто быстрее встанет в круг»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бросками и ловлей мяча	Игра: «Догони мяч»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с прыжками	Игра: «Прыжки по кочкам»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с метанием мяча	Игры: «Точно в цель», «Попади в ворота»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры со скакалкой	Игры: «Алфавит», «Зеркало»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213

**Тематическое планирование
2 класс**

Тема	Форма проведения	Кол. часов	ЦОР/ЭОР
1 четверть – 8 часов			

Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игры: «Третий лишний», «Молекулы»	2	https://search.rsl.ru/ru/
Подвижные игры со скакалкой	Игра: «Зеркало»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с прыжками	Игры: «Волк во рву», «Лягушата и цапля»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с лазанием и перелезанием	Игра: «Охотники за обезьянами»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с метанием мяча	Игра: «Кто дальше бросит»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игра: «Правильно-неправильно»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Игры с элементами футбола	Игра: «Передача мячей по кругу»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
2 четверть – 8 часов			
Подвижные игры с прыжками	Игра: «Параютисты»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с лазанием и перелезанием	Игра: «Охотники за обезьянами»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бросками и ловлей мяча	Игра: «Мяч водящему»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игра: «Запрещенное движение!»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игры: «Караси и щука», «Крокодил», «Совушка», «Два Мороза», «Охотники и утки»	3	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с элементами футбола	Игра: «Точно в цель»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
3 четверть – 10 часов			
Подвижные игры с бегом	Игры: «Салки ноги от земли», «Пустое место»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с прыжками	Игра: «Попрыгунчики - воробушки»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие меткости	Игра: «Лучшие стрелки»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игра: «Правильно-неправильно»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игра: «Море волнуется – раз!», «Тише едешь-дальше будешь»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с элементами футбола	Игра: «Забей гол»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с лазанием и перелезанием	Игра: «Охотники за обезьянами»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Русские народные игры в масленичную неделю	Игры	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Веселые старты в День Здоровья	Эстафеты	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
4 четверть – 8 часов			

Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игры: «Третий лишний», «Молекулы»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с лазанием и перелезанием	Полоса Препятствий	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с метанием, бросками и ловлей мяча	Игры: «Кто дальше бросит», «Мяч водящему»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бегом	Игра: «Хитрая лиса»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с элементами футбола	Игра: «Точно в цель»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игры: «Запрещенное движение», «Класс! Смирно!»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213

Тематическое планирование

3 класс

Тема	Форма проведения	Кол. часов	ЦОР/ЭОР
1 четверть – 8 часов			
Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игра: «Узнай голос»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с прыжками	Игра: «Веревочка под ногами»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бросками и ловлей мяча	Игра: «Охотники и утки»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бегом	Игры: «Третий лишний», «12 палочек»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Поисковые игры	Игра: «Прятки»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на внимание	Игры: «Тише едешь-дальше будешь», «Съедобное-несъедобное», «Сантики-фантики», «Светофор»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с элементами футбола	Игры: «Точно в цель», «Передача мяча головой»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
2 четверть – 8 часов			
Подвижные игры с бегом	Игры: «Цепи кованные», «Два Мороза», «Гусеницы», «Салки»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с лазанием и перелезанием	Игры: «Полоса препятствий»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с метанием	Игра: «Снежком по мячу»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры для развития внимания	Игры: «Молекулы», «Золотые ворота»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Поисковые игры	Игра: «Горячо-холодно»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213

Подвижные игры с мячом	Игра: «Горячая картошка»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игра: «На льдине»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
3 четверть – 10 часов			
Подвижные игры с бегом	Игры: «На обломках корабля», «Кошки-мышки», «Цепи кованые», «Шишки, желуди, орехи»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игры: «Два мороза», «Совушка», «Карусель», «Путаница», «Чай, чай, выручай»	3	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с метанием мяча	Игры: «Крепости», «Перестрелка»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бросками и ловлей мяча	Игра: «Зверь, рыба, птица»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с прыжками	Игра: «Прыжок за прыжком», «Прыгуньи и пятнашки»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игры: «Воробьи, вороны», «Отгадай чей голосок»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Веселые старты в День здоровья	Эстафеты	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
4 четверть – 8 часов			
Подвижные игры с общеразвивающим характером	Игры: «Ручеек», «Я знаю пять имен»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бегом	Игры: «Чай, чай, выручай», «Бездомный заяц»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры прыжками	Игры: «Прыжки через скакалку»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с мячом	Игра: «Боулинг»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на внимание	Игра: «Услышь свое имя», «Цвета», «Испорченный телефон»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Поисковые игры	Игра: «Горячо-холодно»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с элементами футбола	Игра: «Передача мяча ногами»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213

**Тематическое планирование
4 класс**

Тема	Форма проведения	Кол. часов	ЦОР/ЭОР
1 четверть – 8 часов			
Подвижные игры с бегом	Игры: «Сумей догнать», «Цепи кованые»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игры: «Волк и овцы», «Жмурки», «Запомни	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213

	порядок»		
Подвижные игры-эстафеты	Большая круговая эстафета	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с прыжками	Игры: «Чемпионы скакалки», «Кто дальше», «Перетягивание прыжками»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с метанием и ловлей мяча	Игры: «Метко в цель», «Подвижная цель», «Сбей кеглю», «Вышибала», «Обгони мяч»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с разными предметами	Игры: «Двенадцать палочек», «Городки»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с лазанием и перелезанием	Игра: «Полоса препятствий»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
2 четверть – 8 часов			
Подвижные поисковые игры	Игры: «Прятки», «Горячо-холодно»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие силы	Игра: «Выталкивание спиной»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бегом	Игры: «Салки на 1 ноге», «Два Мороза», «Сумей догнать»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры для формирования осанки	Игра: «Ванька-встанька»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры-эстафеты	Большая круговая эстафета	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Игры на развитие воображения	Игра: «Узнай, кто я?»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с прыжками	Игры: «Кто дальше», «Перетягивание прыжками»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с метанием, передачей и ловлей мяча	Игры: «Метко в цель», «Вышибала», «Подвижная цель»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
3 четверть – 10 часов			
Подвижные игры с лазанием и перелезанием	Игра: «Защита укреплений»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные поисковые игры	Игра: «Прятки», «Горячо-холодно»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры зимой	Игры: «Игра в снежки», «Строительные игры из снега», «Эстафета на Санках», «Лыжные гонки»	2	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на коррекцию эмоциональной сферы	Игры: «Баба Яга», «Три характера»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с бегом	Игры: «Два Мороза», «Цепи кованные»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с прыжками	Игра: «Придумай и покажи»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с метанием, передачей и ловлей мяча	Игры: «Метко в цель», «Подвижная цель»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213

Подвижные игры на внимание	Игры: «Волки овцы», «Ловишка», «Запомни порядок»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Веселые старты в День Здоровья	Эстафеты	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
4 четверть – 8 часов			
Подвижные игры с разными предметами	Игры: «Лапта», «12 палочек»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с элементами футбола	Игра: «Передача мяча ногами»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с прыжками	Игры: «Чемпионы скакалки», «Перетягивание прыжками»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с метанием, передачей и ловлей мяча	Игры: «Сбей кеглю», «Вышибала», «Подвижная цель»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры-эстафеты	Большая круговая эстафета	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры на развитие внимания	Игры: «Волк и овцы», «Жмурки», «Запомни порядок»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Поисковые игры	Игры: «Прятки», «Горячо-холодно»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213
Подвижные игры с элементами футбола	Игры: «Точно в цель», «Передача мяча головой»	1	https://search.rsl.ru/ru/record/01005105213

Список литературы

1. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие. [Текст] / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
2. В.Т. Кудрявцев, Б.Б.Егоров. Развивающая педагогика оздоровления – М., 2000г.
3. Е.М.Геллер. «Игры и развлечения в группе продленного дня» Просвещение 2003.
4. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы [Текст] авт.-сост. О.В. Белоножкина и др.- Учитель 2007-173с.

Учебно-практическое оборудование

- скакалки гимнастические;
- обручи гимнастические;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- мячи средние резиновые;
- мячи большие (резиновые, футбольные);
- конусы;
- кегли