

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
Гимназия №3 муниципального района Мелеузовский район РБ**

РАССМОТРЕНО

на заседании кафедры
протокол №1 от 28 августа 2020г.
зав. кафедрой

_____ Е.В.Панченко

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
учебно-воспитательной
работе

_____ Л.С.Рахимова

31 августа 2020г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ Гимназия №3

_____ В.П.Сычков

приказ от 31 августа 2020г. № 209

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности**

Физическая культура (подвижные игры)

(наименование учебного предмета/курса)

начальное общее образование

(степень общего образования)

4 года

(срок реализации)

базовый

(уровень (базовый, профильный))

ФГОС

(составлена на основе ФГОС/ ФКГОС)

Рабочая программа составлена на основе следующего нормативно-правового и инструктивно-методического обеспечения:

-Федеральный государственный образовательный стандарт (приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);

-Примерная основная образовательная программа основного общего образования, внесенная в реестр образовательных программ, одобренная федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015г. №1/15) <http://fgosreestr.ru/>;

-Основная образовательная программа основного общего образования МОБУ Гимназия №3 муниципального района Мелеузовский район РБ.

Рабочая программа курса «Спортивные игры. Плавание» предназначена для организации внеурочной деятельности в 1-4-х классах на уровне основного общего образования по общефизическому направлению развития личности.

Программа рассчитана на 209 часов.

Года обучения	Кол-во часов в неделю	Кол-во учебных недель	Всего часов за учебный год
1 класс	1	33	33
2 класс	1	34	34
3 класс	1	34	34
4 класс	1	34	34

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Изучение курса "Подвижные игры" дает возможность учащимся достичь следующих **личностных результатов** развития:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;
- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития, здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения.
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

Метапредметными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий.

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму
- определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на уроке;
- учиться высказывать своё предположение (версию);
- с помощью учителя объяснять выбор наиболее подходящих для выполнения задания упражнений;
- учиться готовить рабочее место и выполнять практическую работу по предложенному учителем плану;
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятии.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).
- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы учащихся;

В части развития **предметных результатов** наибольшее влияние изучение курса оказывает:

- формирование основ общекультурной и российской гражданской идентичности как чувства гордости за достижения в мировом и отечественном спорте;
- 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 совладения и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы, стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни
- способность регулировать величину спортивной нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей организма;
- объяснять правильность выполнения движений по элементам;
- согласовывать движения рук и ног с дыханием при плавании кролем на груди;
- показывать примеры правильного выполнения задания;
- тренировать выполнение упражнения на дыхание;
- оценивать выполнения упражнений;
- развивать скоростно-силовые качества.

В результате изучения курса **учащиеся научатся:**

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия

физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;
- • выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Учащиеся получают возможность научиться:

- характеризовать спортивные игры, их роль в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта;

**Содержание курса внеурочной деятельности
с указанием форм организации и видов деятельности**

Наименование разделов, содержание	Формы организации	Виды деятельности
<p>Вводный раздел Инструктаж по технике безопасности Правила поведения в командных видах спорта.</p>	<p>Вводное коллективное занятие</p>	<p>Основная стойка, перестроения. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Классификация спортивных игр</p>
<p>Раздел 1. Игры с бегом (общеразвивающие игры).</p>	<p>Занятия по углублению и совершенствованию знаний и навыков, фронтальная, парная, групповая, поточная и индивидуальная работа</p>	<p>Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.</p>
<p>Раздел 2. Игры с мячом.</p>	<p>Занятия по углублению и совершенствованию знаний и навыков, фронтальная, парная, групповая, поточная и индивидуальная работа</p>	<p>История возникновения игр с мячом. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега Разучивание считалок. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.</p>
<p>Раздел 3. Игра с прыжками (скакалки).</p>	<p>Занятия по углублению и</p>	<p>Профилактика детского травматизма. Знакомство с</p>

	<p>совершенствованию знаний и навыков, фронтальная, парная, групповая, поточная и индивидуальная работа</p>	<p>правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.</p>
<p>Раздел 4. Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).</p>	<p>Занятия по углублению и совершенствованию знаний и навыков, фронтальная, парная, групповая, поточная и индивидуальная работа</p>	<p>Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. Знакомство с играми на внимательность. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.</p>
<p>Раздел 5. Зимние забавы.</p>	<p>Занятия по углублению и совершенствованию знаний и навыков, фронтальная, поточная и индивидуальная работа</p>	<p>Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.</p>

		<p>Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. . Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.</p>
<p>Раздел 6. Эстафеты.</p>	<p>Занятия по углублению и совершенствованию знаний и навыков групповая, поточная работа</p>	<p>Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма. Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы. Правила безопасного поведения при проведении эстафет.</p>
<p>Раздел 7. Народные игры</p>	<p>Занятия по углублению и совершенствованию знаний и навыков, парная, групповая, поточная и индивидуальная работа</p>	<p>Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.</p>

**Учебно – тематический план
дополнительной образовательной программы «Подвижные игры» 1 кл**

№	Тема	Количество часов		
		Общее кол - во часов	Теория	Практика
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	6 ч.	1 ч.	5 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).	5ч.	1 ч.	4 ч.
5.	Зимние забавы.	4ч.	1 ч.	3 ч.
6.	Эстафеты.	4 ч.	1 ч.	3ч.
7.	Народные игры	4 ч.	1 ч.	4ч.
Итого:		33 ч.	7 ч.	27ч.

**Учебно – тематический план
дополнительной образовательной программы «Подвижные игры» 2 кл**

№	Тема	Количество часов		
		Общее кол - во часов	Теория	Практика
1.	Игры с бегом (общеразвивающие 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.

**Учебно – тематический план
дополнительной образовательной программы «Подвижные игры» 3 кл**

№	Тема	Количество часов		
		Общее кол-во часов	Теория	Практика
1.	Игры с бегом (общеразвивающие 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.

**Учебно – тематический план
дополнительной образовательной программы «Подвижные игры» 4 кл**

№	Тема	Количество часов		
		Общее кол - во часов	Теория	Практика
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5ч.	1 ч.	4 ч.
2.	Игры с мячом.	5ч.	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).	5ч.	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.	4 ч.
Итого:		34 ч.	7 ч.	27 ч.

Календарно-тематическое планирование

1 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			Планир.	Факт.
1.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	1		
2.	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1		
3.	Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».	1		
4.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».	1		
5.	Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1		
6.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1		
7.	История возникновения игр с мячом.	1		
8.	Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».	1		
9.	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».	1		
10.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	1		
11.	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».	1		
12.	Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.	1		
13.	Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».	1		
14.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».	1		
15.	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».	1		
16.	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	1		
17.	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления	1		

	мышечного корсета.			
18.	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».	1		
19.	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».	1		
20.	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».	1		
21.	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1		
22.	Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.	1		
23.	Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов».	1		
24.	Игра «Клуб ледяных инженеров». Игра «Мяч из круга».	1		
25.	Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи».	1		
26.	Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.	1		
27.	Беговая эстафеты.	1		
28.	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1		
29.	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	1		
30.	Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.	1		
31.	Разучивание народных игр. Игра «Чижик»	1		
32.	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»	1		
33.	Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".	1		

2 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			Планир.	Факт.
1.	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега	1		
2.	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»	1		
3.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	1		
4.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»	1		
5.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	1		
6.	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой	1		
7.	Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».	1		
8.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	1		
9.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».	1		
10.	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»	1		
11.	Правила безопасного поведения при с играх мячом.	1		
12.	Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».	1		
13.	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»	1		
14.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».	1		
15.	Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	1		
16.	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.	1		

17.	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».	1		
18.	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».	1		
19.	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».	1		
20.	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»	1		
21.	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.	1		
22.	Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».	1		
23.	Игра «Санные поезда».	1		
24.	Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных»	1		
25.	Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки	1		
26.	Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	1		
27.	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1		
28.	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1		
29.	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	1		
30.	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.	1		
31.	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	1		
32.	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	1		
33.	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	1		
34.	Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	1		

3 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			Планир.	Факт.
1.	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.	1		
2.	Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».	1		
3.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»	1		
4.	Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»	1		
5.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»	1		
6.	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.	1		
7.	Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»	1		
8.	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».	1		
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».	1		
10.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»	1		
11.	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.	1		
12.	Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».	1		
13.	Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».	1		
14.	Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».	1		
15.	Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».	1		

16.	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.	1		
17.	Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».	1		
18.	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»	1		
19.	Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».	1		
20.	Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»	1		
21.	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.	1		
22.	Игра «Строим крепость».	1		
23.	Игра «Взятие снежного городка». Игра «Меткой стрелок».	1		
24.	Игра «Лепим снеговика».	1		
25.	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.	1		
26.	Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».	1		
27.	Эстафета «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».	1		
28.	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	1		
29.	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	1		
30.	Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.	1		
31.	Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»	1		
32.	Разучивание народных игр. Игра "Горелки".	1		
33.	Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»	1		
34.	Разучивание народных игр. Игра "Мишени".	1		

4 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			Планир.	Факт.
1.	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.	1		
2.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	1		
3.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта	1		
4.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».	1		
5.	Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».	1		
6.	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.	1		
7.	Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».	1		
8.	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».	1		
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».	1		
10.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».Игра «Мяч в центре».	1		
11.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.	1		
12.	Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».	1		
13.	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».	1		
14.	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	1		
15.	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	1		
16.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.	1		
17.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».	1		

18.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».	1		
19.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».	1		
20.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».	1		
21.	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.	1		
22.	Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место».	1		
23.	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	1		
24.	Игра «Быстрый лыжник».	1		
25.	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.	1		
26.	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставкой подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	1		
27.	Эстафета с лазанием и перелезанием,	1		
28.	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1		
29.	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1		
30.	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.	1		
31.	Разучивание народных игр. Игра "Салки".	1		
32.	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	1		
33.	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	1		
34.	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	1		