

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Карсовайская средняя общеобразовательная школа»

Принято на заседании
педагогического совета № 1
« 31 » августа 2023 г.
Секретарь: _____ /Тебенькова Е.Б.

Утверждаю:
Директор школы: _____ / И.В.Буланова
« 01 » сентября 2023 года
Приказ № 190-ОД

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа

«Подвижные игры»

Направление деятельности: физкультурно-спортивное

Возраст обучающихся: 7-11 лет

Составитель: Бузмакова Л.А.,

Емельянова М.А.

Воспитатели ГПД,

Содержание программы

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка.....	3-6
1.2. Цель и задачи программы.....	7
1.3. Форма и режим занятий.....	8
1.4. Содержание программы.....	9-22
1.4. Планируемые результаты реализации программы.....	23-25

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график.....	26
2.2. Условия реализации программы.....	27
2.3. Формы аттестации.....	27-28
2.4. Методическое обеспечение.....	28-31
2.5. Рабочая программа воспитания, календарный план воспитательной работы	32-32
2.6. Список литературы	33

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Подвижные игры» для учащихся 7–11 лет, разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями от 05.09.2019, 30.09.2020;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Учебный план МБОУ «Карсовайская средняя школа»

Основные характеристики программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные игры» составлена в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами. Программа рассчитана на 4 года обучения, 1 год- 34 часа, 2 год- 34 часов, 3 год – 34 часа.

Направленность данной программы физкультурно-спортивная..

Уровень программы: базовый

Актуальность программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

Отличительные особенности программы

Основной особенностью физического воспитания детей является игровая форма проведения учебных занятий. Она является одной из интересных и распространённых форм детской деятельности «Все дети любят играть!». Основное воспитательно-развивающее значение игровых занятий в том, что они служат естественной формой передачи детям необходимого объема знаний в области физической культуры. В процессе игр дети совершают множество движений. При этом проявляется их быстрота реакции, ловкость, выносливость, смелость, решительность, находчивость и самостоятельность. Единство оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, многообразие средств и методов, разнообразие форм организации физкультурных занятий - все это благоприятно сказывается на физическом воспитании детей. Важно обеспечивать оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности. Подвижная игра — естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой, незаменимое средство пополнения ребёнком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, б сноровки, ценных

морально-волевых качеств. Участвуя в подвижных играх и наслаждаясь движениями, дети приобретают привычку к здоровому образу жизни. Программа рассчитана на расширение знаний и навыков подвижных игр. Программа «Подвижные игры» направлена: воспитание у детей и подростков бережного отношения к своему здоровью, привычки систематического ведения ЗОЖ укрепление здоровья детей посредством проведения игр на свежем воздухе, спортивных мероприятий, создание условий, благоприятных для творческого, интеллектуального и нравственного развития детей.

Новизна данной программы: состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение подвижных игр с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приёмами по данной специализации, она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия народов Поволжья (русских, казахов, чувашей, мордвы, татар, немцев). В процессе освоения данной программы воспитанники формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Педагогическая целесообразность

Данная программа педагогически целесообразна, так как призвана удовлетворить имеющиеся у учащихся потребности в занятиях физической культурой и спортом.

Реализация программы «Спортивные и подвижные игры» позволяет осуществлять комплексное развитие детей. Выполнение активной двигательной деятельности на занятиях спортивными играми сочетается с необходимостью анализа игровых ситуаций, быстрого принятия решений, взаимодействия с товарищами по команде и соперником, проявление точности движений, собранности, самоконтроля. В таких условиях открываются широкие возможности для эффективного физического воспитания с одновременным воспитанием морально-волевых качеств, развитием психических способностей, формированием коммуникативных навыков, приобщению к здоровому образу жизни.

Адресат программы: Возраст учащихся по программе 7 - 11 лет. В этом возрасте учащиеся склонны к подвижным и спортивным играм, где можно проверить волевые качества: выносливость, настойчивость, выдержку. Их увлекает соревновательная деятельность, стремление к сплочённости, учащимся нравится быть командой, быть лучше всех.

Программа рассчитана на 4 года обучения, в реализации данной программы участвуют девочки и мальчики 7 - 11 лет, первый год обучения 7-8 лет, второй год обучения 8-9 лет, третий год обучения 9-10 лет, четвертый год обучения 10-11 лет. Для начала занятий в секции специальной подготовки не требуется. Количество занимающихся 13-18 человек.

Практическая значимость программы «Подвижные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Одним из результатов обучения подвижным играм является осмысление и присвоение учащимися системы ценностей.

Ценность свободы, чести и достоинства как основа современных принципов и правил межличностных отношений.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, проникновения в суть явлений, понимания закономерностей, лежащих в основе социальных явлений. Приоритетность знания, установления истины, самопознание как ценность – одна из задач образования.

Ценность гражданственности – осознание себя как члена общества, народа, представителя страны, государства; чувство ответственности за настоящее и будущее своей страны. Привитие

через содержание предмета интереса к своей стране: её истории, языку, культуре, её жизни и её народу.

Ценность человечества. Осознание ребёнком себя не только гражданином России, но и частью мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество, толерантность, уважение к многообразию иных культур.

Ценность общения - понимание важности общения как значимой составляющей жизни общества, как одного из основополагающих элементов культуры.

Преимственность программы: Элементы данной программы присутствуют в таких разделах государственной программы, как «Окружающий мир», «Математика», «Литературное чтение», «Русский язык», «Технология»

Объем программы: Программа рассчитана на 4 года, 136 занятий: одно занятие в неделю, 34 занятия за учебный год с первого по четвертый класс.

Ожидаемые результаты:

1 класс:

Укрепление здоровья;

Повышение физической подготовленности двигательного опыта.

2 класс:

Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.

3 класс:

Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.

4 класс:

В результате обучения дети должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время, умение общаться со сверстниками и взрослыми.

Обучающиеся, освоившие программу приобретают следующие личностные, метапредметные и образовательные результаты:

Личностные:

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

- проявлять уважение к традициям своей Родины, толерантность;

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

Метапредметные:

- проявлять самостоятельность и творческую инициативность, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг, активно включаться в коллективную деятельность.

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметные:

- использовать разученные подвижные игры для своего досуга;

- знать об истории народных игр стран;

- знать названия и правила народных игр стран.

- учитывать требования безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий в помещении, сохранность природы во время занятий подвижными на улице.

Планируемые результаты:

Предметные:

- иметь представление о здоровом образе жизни;
- знать правила поведения в процессе коллективных действий;
- знать историю возникновения и развития подвижных игр;
- правила подвижных игр.
- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- об историческом наследии русского народа и русских народных игр;
- о традициях русских народных праздников;
- применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

Личностные:

- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

Метапредметные

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;
- активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми ;
- подбирать и проводить спортивные и подвижные игры;
- владеть терминологией по изучению спортивных и подвижных игр.

К концу изучения учащиеся должны уметь:

Уметь: вести подвижный, активный здоровый образ жизни, выполнять упражнения, способствующие укреплению здоровья, выполнять технико-тактические задачи в подвижных и игровых видах спорта.

Результатом освоения программы можно считать участие обучающихся в соревнованиях данной направленности различного уровня.

Знать: технику безопасности на занятиях, историю развития подвижных и спортивных игр, гигиену спортсмена, нормы врачебного контроля, комплекс физических упражнений, технику начальной подготовки.

Особенности реализации образовательного процесса, формы организации образовательного процесса:

Срок реализации программы - четыре года. Программа составлена для детей 7-11 лет. Наполняемость групп 13-18 человек. В основном группы формируются из детей одной возрастной группы. При проведении занятий строго соблюдаются санитарно-гигиенические

нормы, время выполнения тренировочных заданий, проводятся динамические паузы, обязательна смена деятельности между занятиями.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 40 минут.

Цель программы:

Укрепление здоровья, физическое и личностное развитие детей, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом посредством подвижных игр.

Задачи:

Обучающие

1. Познакомить детей с играми народов мира, пополнить знания об истории и культуре народных игр мира.
2. Научить детей играть самостоятельно в подвижные игры с учётом техники безопасности.
3. Расширить словарный запас обучающихся.

Развивающие

1. Развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, быстроту реакции и так же эмоционально-чувственную сферу.
2. Развивать самостоятельность и творческую инициативность, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг, активно включаться в коллективную деятельность.
 - развивать физические и личностные качества детей, двигательные умения и навыки;
 - формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности;

Воспитательные

1. Воспитывать любовь к Родине, уважение к культуре других народов, ценностное отношение к народным играм как культурному наследию;
2. Воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, культуру игрового общения, честность, скромность.
3. Формировать у детей систему нравственных общечеловеческих ценностей, проявлять положительные качества личности.
4. Формировать культуру здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся

Условия реализации программы:

Минимальный возраст зачисления детей в группу по программе «Подвижные игры» 7 лет. Зачисление в группу первого года производится без предварительного тестирования, по письменному заявлению родителей или законных представителей.

Для успешной реализации данной программы необходимо соблюдать ряд условий:

- Помещение и спортивная площадка на улице должны удовлетворять требованиям техники безопасности.
- В помещении должно быть рационально установлено и размещено все необходимое для работы кружка оборудование.
- Стены помещения оформляются стендами. На них размещают постоянную экспозицию: правила поведения, инструкции по ТБ, сменную экспозицию: грамоты и фото.

Срок реализации данной программы. Программа рассчитана на 4 года. Курс, включает 135 занятий: одно занятие в неделю, 33-34 занятия за учебный год с первого по четвертый год обучения. Календарно-тематическое планирование рассчитано на 34 недели (с учетом каникулярного времени). Реализация дополнительного образования осуществляется без балльного оценивания результатов освоения курса, обязательной частью рабочей программы дополнительного образования является описание планируемых результатов освоения программы и форм их учета.

Форма и режим занятий:

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 40 минут.

Занятия проводятся на спортивной площадке или в спортивном зале при плохой погоде. Режим занятий должен соответствовать санитарным нормативам для образовательных учреждений.

Начало и окончание учебного года с 1 сентября по 25 мая.

Занятия групп 1-4года обучения проводятся 1 раз в неделю.

Возраст детей: в реализации данной программы участвуют девочки и мальчики 7-11 лет. Для начала занятий в секции специальной подготовки не требуется. Количество занимающихся 13-18 человек.

Формы занятий:

- Групповые практические занятия;
- Групповые и индивидуальные теоретические занятия;
- Индивидуальные занятия с отдельными учащимися;
- Просмотр учебных кинофильмов и соревнований;
- Участие в соревнованиях, подвижных и спортивных играх.

Виды деятельности: игровая, познавательная.

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- фестиваль игр;
- праздник «Игромания»;
- спортивный праздник «Богатырскиепотешки»;
- «День здоровья».
- **Формы подведения итогов реализации программы:**

Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;

Показательные игры, участие в спортивных праздниках соревнованиях конкурсах и мероприятиях школы, открытые занятия для родителей, участие в районных соревнованиях, сдача нормативов Г Т О.

Место курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Год обучения	продолжительность занятия	количество часов в неделю	количество часов за год	Практические занятия	
				практика	теория
1	40 мин	1	33	26	7
2	40 мин	1	34	27	7
3	40 мин	1	34	27	7
4	40 мин	1	34	27	7

Содержание программы, 1 год обучения

1 год (33 часа; 1 час в неделю)

1. Игры с бегом (4 часа).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

Практические занятия:

- Комплекс упражнений ОРУ на месте. Игры "Фигуры", "Волки, зайцы, лисы", "Медведь и пчелы", "Третий лишний".
- Комплекс упражнений ОРУ в движении. Игры "У медведя во бору", "Веселые ракеты", "Краски", "Белые медведи".
- Комплекс упражнений с предметами. Игры "Салки", "Шишки, желуди, орехи", "Удержи обруч", "Пустое место".
- Комплекс упражнений в кругу. Игры "Отгадай чей голос?", "Караси и Щуки", "Гуси - лебеди".

1. Игры с мячом (6 часов).

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу», "Гусеница", "Перестрелка".
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели», "Перестрелка".
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей», "Перестрелка".
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель», "Перестрелка".
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса, работа с набивными мячами. Игра "Охотники и утки", "Передал садись", "Перестрелка".

1. Игра с прыжками (4 часа).

Теория. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». Игра "Петушины бои". Игра "Кенгуру".
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».
- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли»

1. Игры малой подвижности (3 часа).

Теория. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты». Игра «Кто быстрее встанет в круг».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». Игра «Построение в шеренгу».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». Игра "Язычок".

1. Народные игры (6 часов)

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

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан-ба».
- Разучивание народных игр. Игра «Чижик».
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота».
- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда"

1. **Зимние забавы (5 часов).**

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

Практические занятия:

- Игра «Скатывание шаров».
- Игра «Гонки снежных комов».
- Игра «Гонки санок».
- Игра «Слаломисты».
- Игра «Черепahi».

VII. Эстафеты (5 часов).

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

Практические занятия:

- Беговая эстафеты.
- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
- Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.
- Эстафета "вызов номеров".

Учебно - тематический план 1 года обучения

№п/п	Тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение. Инструктаж по Т.Б.	1	1	0	беседа
2	Теоретические знания	6	6	0	
3	Игры с бегом (общеразвивающие игры, спортивные часы).	4	0	4	Учебная игра
4	Игры с мячом.	6	0	6	Учебная игра
5	Игра с прыжками (скакалки).	4	0	4	Игра по станциям
6	Игры малой подвижности(игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)	3	0	3	Учебная игра
7	Народные игры	6	в процессе занятия	6	Учебная игра
8	Зимние забавы	5	0	5	Учебная игра
9	Эстафеты.	4	0	4	Игра по станциям

10	Контрольные упражнения и спортивные соревнования	Согласно плану спортивных мероприятий			
	ИТОГО:	33			33

Тематическое планирование для 1 года обучения

№ п/п дата	Тема занятий	Кол-во часов
1.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Комплекс упражнений ОРУ на месте. Игры "Фигуры", "Волки, зайцы, лисы", "Медведь и пчелы", "Третий лишний".	1
2.	Комплекс упражнений ОРУ в движении. Игры "У медведя во бору", "Веселые ракеты", "Краски", "Белые медведи".	1
3.	Комплекс упражнений с предметами. Игры "Салки", "Шишки, желуди, орехи", "Удержи обруч", "Пустое место".	1
4.	Комплекс упражнений в кругу. Игры "Отгадай чей голос?", "Караси и Щуки", "Гуси - лебеди".	1
5.	История возникновения игр с мячом. Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу», "Гусеница", "Перестрелка".	1
6.	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели», "Перестрелка".	1
7.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей», "Перестрелка".	1
8.	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель», "Перестрелка".	1
9.	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель», "Перестрелка".	1
10.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса, работа с набивными мячами. Игра "Охотники и утки", "Передал садись", "Перестрелка".	1
11.	Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». Игра "Петушьи бои". Игра "Кенгуру".	1
12.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».	1

13.	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».	1
14.	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	1
15.	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1
16.	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». Игра «Построение в шеренгу».	1
17.	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». Игра "Язычок".	1
18.	Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан-ба».	1
19.	Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан-ба».	1
20.	Разучивание народных игр. Игра «Чижик».	1
21.	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота».	1
22.	Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".	1
23.	Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".	1
24.	Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. Игра «Скатывание шаров».	1
25.	Игра «Гонки снежных комов».	1
26.	Игра «Гонки санок».	1
27.	Игра «Слаломисты».	1
28.	Игра «Черепахи».	1
29.	Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма. Беговые эстафеты.	1
30.	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1
31.	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.	1
32.	Эстафета "вызов номеров".	1
33.	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1

Учебно – тематический план 2 - 4 классов

№п/п	Тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Инструктаж по Т.Б. Теоретические знания	В процессе занятия			беседы
2	Игры с бегом (общеразвивающие игры, спортивные часы).	4	0	4	Учебная игра
3	Игры с мячом.	7	0	6	Учебная игра
4	Игра с прыжками (скакалки).	4	0	4	Игра по станциям
5	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)	3	0	3	Учебная игра
6	Народные игры	6	в процессе занятия	6	Учебная игра
7	Зимние забавы	5	0	5	Учебная игра
8	Эстафеты.	5	0	4	Игра по станциям
9	Контрольные упражнения и спортивные соревнования	Согласно плану спортивных мероприятий			
	ИТОГО:	34			33

Основное содержание:

2-й год обучения

I. Игры с бегом (4 часа)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи». Игра "Лиса и куры".
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». " Веселые ракеты".
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место». Игра «Невод».
- Упражнения с предметами. Игра «Колесо»

«Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики». Игра «Челнок». Игра «Карусель».

II. Игры с мячом (7 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при с играх мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи», "Перестрелка".
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч». Игра "Гусеница".

- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». Игра "Перестрелка".
 - Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча
- Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». Игра "Мяч по полу".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".
 - Комплекс ОРУ в движении. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Гонка мячей".
 - Комплекс ОРУ в круге. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "

III. Игры с прыжками (4 часа)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

Практические занятия:

- 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»

IV. Игры малой подвижности (3 часа)

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

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». Игра «На новое место».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». Игра "Лабиринт".
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». Игра «Что изменилось?».

V. Народные игры (6 часов)

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

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

VI. Зимние забавы (5 часов)

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

Практические занятия:

- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных».
- Игра "Слаломисты".
- Игра "Воротца"

VII. Эстафеты (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки.

Практические занятия:

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».

- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

3 год обучения

I. Игры с бегом (4 часа)

Теория. Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок». Игра «Пятнашки с домом». Игра «Дай руку».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки». Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Ловушки в кругу».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки». Игра «Много троих, хватит двоих».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».

II. Игры с мячом (7 часов)

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

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с маленькими 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».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".

III. Игры с прыжками (4 часа)

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

IV. Игры малой подвижности (3 часа)

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

Практические занятия

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.

Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»

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

V. Народные игры (6 часов)

Теория. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы».
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".
- Игра "Русская лапта".

VI. Зимние забавы (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Меткой стрелок».
- Игра "Слаломисты".
- Игра "Воротца".

VII. Эстафеты (5 часов)

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

Практические занятия:

- Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

•

4 год обучения

I. Игры с бегом (4 часа).

Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Воробушки и кот». Игра «Пятнашки маршем».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». «Скороходы и бегуны».
- Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки». Игра «Игра «Без пары».

II. Игры с мячом (7 часов)

Теория. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». Игра "Головой, ногой через сетку".
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». Игра "Головой, ногой через сетку".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»

Игра «Защищай ворота».

- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».

Игра «Мяч в центре».

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол". Игра "Головой, ногой через сетку".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".

III. Игры с прыжками 4 часа).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».

- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

IV. Игра малой подвижности (3 часа).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет». Игра "Городки".
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». Игра «Невидимки».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». Игра «Наблюдатели». Игра "Городки".

V. Народные игры (6 часов)

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".
- Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".
- Разучивание народных игр. Игра "Коршун".
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки".
- Игра "Русская лапта".

VI. Зимние забавы (5 часов).

Теория. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

Практические занятия:

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Пустое место».
- Игра «Кто дальше» (на лыжах).
- Игра «Быстрый лыжник».

VII. Эстафеты (5 часов).

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.

Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- 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».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

Тематическое планирование для 2 года обучения

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

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

Тематическое планирование для 3 года обучения

№	Тема занятий	Кол-во часов
1.	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы. Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок». Игра «Пятнашки с домом». Игра «Дай руку».	1
2.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки». Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Ловушки в кругу».	1
3.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки». Игра «Много троих, хватит двоих».	1
4.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».	1
5.	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»	1
6.	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».	1
7.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».	1
8.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта».	1
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".	1
10.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".	1
11.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".	1
12.	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок. 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. Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».	1
17.	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»	1
18.	Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».	1

19.	Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках. Разучивание народных игр. Игра "Горелки".	1
20.	Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы».	1
21.	Разучивание народных игр. Игра "Мишени".	1
22.	Игра "Русская лапта".	1
23.	Игра "Русская лапта".	1
24.	Игра "Русская лапта".	1
25.	Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании. Игра «Строим крепость».	1
26.	Игра «Взятие снежного городка».	1
27.	Игра «Меткой стрелок».	1
28.	Игра "Слаломисты".	1
29.	Игра "Воротца".	1
30.	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы. Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».	1
31.	Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».	1
32.	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».	1
33.	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	1
34.	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	1

Тематическое планирование для 4 года обучения

№	Тема занятий	Кол-во часов
1.	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок. Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	1
2.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Воробушки и кот». Игра «Пятнашки маршем».	1
3.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». «Скороходы и бегуны».	1
4.	Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки». Игра «Игра «Без пары».	1
5.	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». Игра "Головой, ногой через сетку".	1
6.	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». Игра "Головой, ногой через сетку".	1
7.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».	1
8.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».Игра «Мяч в центре».	1
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол". Игра "Головой, ногой через сетку".	1
10.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".	1
11.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".	1
12.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок. 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. Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет». Игра "Городки".	1
17.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». Игра «Невидимки».	1
18.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». Игра «Наблюдатели». Игра "Городки".	1
19.	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники.	1

	Классификация народных игр. Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".	
20.	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	1
21.	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	1
22.	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	1
23.	Игра "Русская лапта".	1
24.	Игра "Русская лапта".	1
25.	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение. Игра «Снежком по мячу».	1
26.	Игра «Пустое место».	1
27.	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	1
28.	Игра «Быстрый лыжник».	1
29.	Игра «Быстрый лыжник».	1
30.	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок. Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	1
31.	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	1
32.	Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1
33.	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	1
34.	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	1

Планируемые результаты:

В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия;
- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям физической культуры и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ – это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

Знать и иметь представление:

- об истории и особенностях зарождения и развития физической культуры и спорта;
- о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах контроля за деятельностью этих систем;
- о способах и особенностях движений, передвижений;
- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки;
- о причинах травматизма и правилах предупреждения.

Уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- взаимодействовать с ребятами в процессе занятий ОФП.

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

- **Определять** и **высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

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

1. Регулятивные УУД:

- **Определять и формулировать** цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на уроке.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную деятельность класса на уроке.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации: **ориентироваться** в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

3. Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- **Слушать** и **понимать** речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1.Календарный учебный график

	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май							
Неделяобучения	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Номергруппы																																								
1 годобучения	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2 годобучения	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3 годобучения	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4 год обучения	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

Условия реализации программ:

Материально-техническое обеспечение программы:

Материально – техническое обеспечение программы	Методическое обеспечение программы
<p>-пришкольная спортивная игровая площадка;</p> <p>-оборудованный кабинет для работы медицинского работника;</p> <p>-обеспечение спортивным инвентарем: Мячи малые, волейбольные, баскетбольные, футбольные, теннисные, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенка гимнастическая, маты, бита, свисток, секундомер, рулетка, лыжи, палки, таблицы, мяч набивной 1 кг, Щиты баскетбольные с кольцами и сеткой шт, ПК, проектор, мел.</p>	<ul style="list-style-type: none">• При реализации программы используются различные методы обучения: словесные – рассказ, беседа, объяснение нового материала;• наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала, кроссворды, ребусы, применение ИКТ технологий.• практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, игры в спортивном зале и на лыжне, эстафеты, соревнования, конкурсы, весёлые старты, загадки, стихи, считалки, пословицы, поговорки, народные приметы. Организация работы групповая

Кадровые: программа реализуется учителями физической культуры 1 квалификационной категории.

Форма аттестации

1. Формы подведения итогов реализации программы «Подвижные игры». Способы проверки знаний и умений:

-Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;

Участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях ДЮСШ и города.

-Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры.

-Проверка физических данных по ОФП ориентироваться на Положение о приеме контрольных и переводных испытаний

2 Критерии оценивания:

- умение играть в подвижную игру:

Умение целесообразно и согласованно действовать в игре, проявляя творческую двигательную активность -3 балла

Допускается малая несогласованность взаимодействий играющих - 2 балла

- знание правил и соблюдение техники безопасности во время подвижной игры:

Отличное знание, соблюдает Т. Б. - 3 балла

Путается в правилах - 2 балла

умение организовать подвижную игру:

Быстро умеет организовать ребят - 3 балла.

Не всегда получается -2 балла

Итого: Максимум – 9 баллов Курс считается пройденным и ставится «зачет», если набрано 6 баллов

Процедура оценивания:

На последнем занятии учащиеся участвуют в подвижных играх, соблюдая технику безопасности; организуют игры по выбору, объясняя правила.

Педагогический контроль и оценка результатов: анкетирование детей с целью выявления их интересов;

наблюдение за поведением детей во время игр, позволяющее выявить лидерские качества, уровень коммуникативности;

наблюдение за умением играть в подвижные игры наблюдение за развитием физических качеств;

итоговый протокол спортивных соревнований;

вручение грамот, памятных подарков за активное и творческое участие в жизни спортивной площадки

Формы подведения итогов – спортивные праздники, соревнования, спортивные игры.

Для успешной реализации настоящей программы необходимо:

Оценочные материалы, формы контроля

Время	Цель	Формы
Входной контроль		
Начало учебного года	Определение уровня развития интеллектуальных, творческих способностей у детей.	наблюдение, тестирование, анкетирование, собеседование с родителями
Текущий контроль		
В течение года	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности учащихся в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения	Форма: наблюдение, тестирование, анкетирование, самостоятельная работа, соревнования, эстафеты
Промежуточная (итоговая) аттестация		
В конце года	Определение изменения уровня развития учащихся интеллектуальных, творческих способностей, личностных качеств. Определение результатов обучения. Получение сведений для внесения корректировки в содержание программы, методов обучения	Форма: наблюдение, самостоятельная работа, соревнования, эстафеты

Учебно – методическое и информационное обеспечение программы

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Развивающие игры на уроках физической культуры Дрофа 2003г
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г

5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006
8. Подвижные игры. Москва – Вако 2007г
9. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
10. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.

Критерии оценки результативности образовательной деятельности

Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
<ul style="list-style-type: none">- устойчивая мотивация только в некоторой части занятия- отсутствие увлечённости в выполнении некоторых упражнений- отказывается выполнять некоторые самостоятельные задания- иногда отказывается работать в группе с некоторыми детьми- стесняется высказываться перед своей группой- частые пропуски занятий без уважительной причины- не принимает участия в открытых занятиях, конкурсах- низкая скорость принятия решений	<ul style="list-style-type: none">- положительная мотивация к занятию вообще- увлечён при выполнении заданий- испытывает затруднения при выполнении самостоятельных заданий- не активен в работе малых групп- испытывает стеснение на открытых занятиях- пропускает занятия только по уважительным причинам- средняя скорость принятия решений	<ul style="list-style-type: none">- устойчивая мотивация к занятиям- активность и увлечённость в выполнении заданий- умеет конструктивно работать в малой группе любого состава- творческий подход к выполнению всех упражнений, изученных за определённый период обучения- пропускает занятия очень редко, предупреждая о пропуске- высокая скорость принятия решений

Контрольные нормативы

Контрольные упражнения
1. Подтягивание
2. Бег 6 мин.
3. Прыжок в длину с места
4. Бег 30 м.

Оценочный уровень физической подготовленности

Контрольные упражнения	мальчики			девочки		
	7-8 лет	9-10 лет	11 лет	7-8 лет	9-10 лет	11 лет
Бег 30 метров (сек.)	6,9	6,6	6,2	7,0	6,8	6,3
Бег 6 мин.	900	950	1000	700	750	800
Прыжки в длину с места (см.)	125	130	140	115	125	135
Подтягивание на высокой перекладине (к-во раз)	2	3	3			
Подтягивание на низкой перекладине (к-во раз)				6	7	8

Рабочая программа воспитания.

Характеристика объединения «Подвижные игры».

Деятельность объединения «Подвижные игры» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Количество обучающихся объединения « Подвижные игры » составляет 54 человека.

Обучающиеся имеют возрастную категорию от 7 до 11 лет.

Формы работы – групповые.

Цель воспитания в школе создание условий для личностного развития, самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде. (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации, ст. 2, п. 2) .

Задачами воспитания обучающихся в школе являются:

- усвоение ими знаний, норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);
- формирование и развитие позитивных личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний и сформированных отношений на практике (опыта нравственных поступков, социально значимых дел);
- использование в воспитании детей возможности школьного урока, поддерживать использование на уроках интерактивных форм занятий с учащимися;
- реализация воспитательных возможностей общешкольных ключевых дел, поддерживать традиции их коллективного планирования, организации, проведения и анализа в школьном сообществе;
- реализация потенциала классного руководства в воспитании школьников, поддерживать

- активное участие классных сообществ в жизни школы;
- организация профориентационной работы со школьниками;
- вовлечение школьников в кружки, секции, клубы, студии и иные объединения, работающие по школьным программам внеурочной деятельности, реализовывать их воспитательные возможности;
- инициирование и поддержка ученического самоуправления – как на уровне школы, так и на уровне классных сообществ;
- формирование здорового образа жизни, осознанного подхода к управлению организмом и обеспечению духовного и физического здоровья детей и подростков - формирование ценностного отношения к природе, к окружающей среде, бережного отношения к процессу освоения природных ресурсов региона, страны, планеты;
- поддержка деятельности функционирующих на базе школы детских общественных объединений и организаций;
- организация для школьников экскурсии, экспедиции, походы и реализовывать их воспитательный потенциал;
- организация работы в электронных медиа и социальных сетях;
- организация работы с семьями школьников, их родителями или законными представителями, направленные на совместное решение проблем личностного развития детей.

Результат воспитания: заинтересованность и увлеченность обучающихся в участии раз личных мероприятиях, акциях, конкурсов разных уровней.

Работа с родителями или их законными представителями.

Мероприятие	Классы	Дата проведения
Индивидуальные консультации по вопросам воспитания детей	1-4	В течении года
Классные родительские собрания	1-4	Декабрь, март.
День матери в России	1-4	Ноябрь

Работа с коллективом учащихся.

Мероприятие	Классы	Дата проведения
Конкурс «Класс года»	1-4	В течение года.
Конкурс «Ученик года»	1-4	В течение года.

Календарный план воспитательной работы

№	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения	Примечание
1	День защитника Отечества	Воспитание у обучающихся чувства патриотизма, гордости за ВС России.	Конец февраля, начало марта.	
2	День Мудрости, Добра и Уважения	Воспитание у обучающихся чувства уважения, добра, чуткости к пожилым людям.	октябрь	
3	Гагаринский урок «Космос-это мы».	Воспитание у обучающихся чувства гордости и уважения за достижения в космической области.	апрель	

Список литературы:

1. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
2. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г
3. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
4. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
5. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
- 6.Болонов Г. П. Сценарии спортивно-театрализованных праздников : Игровые упражнения. Физкультминутки. Подвижные игры. Полезные советы / Н. В. Болонова. - Москва : Школьная Пресса. - 2005. - (Воспитание школьников.Библиотека журнала; Вып. 46). Кн. 2. - 95 с. : ил. (Шифр 74.200.55/Б79-134853)
- 7.Кузнецов В. С. Физическая культура : упражнения и игры с мячами: методическое пособие / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - Москва : Издательство НЦ ЭНАС, 2006. - 131 с. : ил. - (Портфель учителя).
- 8.Подвижные игры : Практический материал: Учебное пособие для вузов и средних спец. учеб.заведений физ. культуры / Л. В. Былеева [и др.]. - Москва : Дивизион, 2005. - 277 с. : ил
- 9.Фатеева Л. П. 300 подвижных игр для младших школьников : популярное пособие для родителей и педагогов / Л. П. Фатеева. - Ярославль : Академия развития, 1998. - 224 с. : ил. - (Игра, обучение, развитие, развлечение).
- 10.Игры на улице. - (Секретики) // Классный журнал. - 2014. - N 30. - С. 29 : ил. Подвижные игры для детей.
- 11.Малыхина Марина. Эстафеты с предметами / Марина Малыхина. - (Образ жизни). - (Игровая площадка) // Здоровье детей - Первое сентября. - 2013. - № 10. - С. 62-63 : ил. Подвижные игры-эстафеты с различными предметами на свежем воздухе.