МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Мурманской области
Комитет по образованию администрации города Мурманска
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
г. Мурманска «Средняя общеобразовательная школа №53»

Приложение к
основной
образовательной
программе
начального общего
образования
утвержденной
приказом директора
№ 357 от 31.08.2024

Рабочая программа
курса «Подвижные игры»
для обучающихся 1-3 классов

г. Мурманск, 2024 г

1. Пояснительная записка

1.1. Общие положения

Рабочая программа по учебному курсу физическая культура «Подвижные игры», 1-3 классы составлена в соответствии федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО), основной образовательной программы начального общего образования МБОУ г. Мурманска СОШ №53 на 2024-2025 учебный год; авторской программы В.И. Ляха по учебному курсу «Физическая культура» (1-4 классы, образовательная система «Школа России»), учебника «Физическая культура», 1-4 классы, В.И.Лях, - АО «Издательство «Просвещение», 2021,2022гг.<http://catalog.prosv.ru/item/25308>.

1.2. Место учебного курса «Подвижные игры», 1-3 классы в учебном плане.

Учебный курс по физической культуре «Подвижные игры», 1-3 классы рассчитан:

1 класс – 33 часа, в неделю -1 час

2 класс - 34 часа, в неделю - 1 час

3 класс - 34 часа, в неделю - 1 час

1.3. Общая характеристика учебного курса «Подвижные игры», 1-3 классы

Подвижные игры в рамках учебного курса в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогут предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы.

Подвижные игры — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Программа по учебному курсу «Подвижные игры» формирует универсальные учебные действия у учащихся. Так как игра основной вид деятельности младшего школьника, основы здорового образа жизни воспитываются и усваиваются непосредственно через игру. Посредством игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, подвижные и спортивные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания.

Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня физической подготовленности.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры, учащиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В программу учебного курса «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память,

смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

1.4 Ценностные ориентиры содержания учебного курса «Подвижные игры».

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

1.5. Цели и задачи изучения учебного курса «Подвижные игры», 1-3 класс

Цель: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Задачи:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

- развитие координационных, пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие

развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе игровой деятельности;

- воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
- развитие познавательных интересов, воображения, памяти, мышления, речи;
- создание условия для проявления чувств коллективизма;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

1.6. Планируемые результаты (личностные, метапредметные, предметные) освоения учебного курса «Подвижные игры», 1-3 классы

Личностные результаты

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
- понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
- осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

Коммуникативные УУД:

- овладение диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение при взаимодействии со сверстниками;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- умение высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- умение совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- умение формулировать собственное мнение и позицию.

Предметные результаты

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности обучающиеся к окончанию начальной школы **должны:**

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- об играх разных народов;
- о разновидности подвижных игр;
- о соблюдении правил подвижных игр

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные и спортивные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила подвижных игр.

Ожидаемые результаты:

- высокий уровень мотивации здорового образа жизни;
- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
- формирование двигательных действий с мячом;
- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом,
 - самостоятельная организация и проведение подвижных и спортивных игр в малых группах сверстников;
 - соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;
 - владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр – проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

1.7. Содержание учебного курса «Подвижные игры» 1- 3 классы

1 КЛАСС

I. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).
Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).
Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

III. Игры

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (13ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (7ч)

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты.

Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

Народные игры (6ч)

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Куропатки и охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище», «Волк и олени», «Тройной прыжок», «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».

Зимние забавы (4ч)

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Соревнования (3ч)

Эстафеты

2КЛАСС

I. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

III. Игры

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (14ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (7ч)

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты.

Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

Народные игры (6ч)

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Куропатки и охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище», «Волк и олени», «Тройной прыжок», «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».

Зимние забавы (4ч)

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Соревнования (3ч)

Эстафеты

3 КЛАСС

I. Основы знаний о подвижных играх (включаются во все занятия). Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта

III. Игры

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место»; «Белые медведи»; «Космонавты»; «Невод»; «Третий лишний»; «Перемена мест»; «Третий лишний»; «Вызов номеров»; «Салки с ленточками»; «Заяц без места»; «Кто обгонит»; Эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам». «Волк во рву». «Удочка» «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (10ч)

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», " «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», эстафеты с мячом.

Народные игры (6ч)

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок», «Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

Зимние забавы (4ч)

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Соревнования (3ч)

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

Распределение учебного времени прохождения программного материала по учебному курсу «Подвижные игры», 1-3 классы

№ п/п	Разделы, темы	1	2	3
		класс	класс	класс
	класс			
I	Знания о физической культуре	В процессе урока		
II	Техника безопасности	В процессе урока		
III	Игры			
1	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	13	14	11
2	Подвижные игры с элементами спортивных игр	7	7	10
3	Народные игры	6	6	6
4	Зимние забавы (зимние виды игр)	4	4	4
5	Соревнования	3	3	3
		33	34	34

1.8. Тематическое планирование учебного курса «Подвижные игры», 1-3 классы с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.

1 Класс

№ п/п	Наименование раздела, темы	Форма проведения занятий	Виды деятельности	Воспитательный потенциал
Раздел 1. Подвижные игры с элементами легкой атлетики. (13ч)				
1	Подвижные игры «Совушка», «Кто скорее соберется».	Практическое	- Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. - Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство.	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни
2	Подвижные игры «Салки», «Лягушка и цапля».	Практическое	- Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
3	Подвижные игры «Гуси-лебеди», «Перемена мест».	Практическое	- Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. - Соблюдают правила безопасности.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
4	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза».	Практическое	- Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей. - Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
5	Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка».	Практическое	- Используют подвижные игры для активного отдыха. Используют разученные упражнения, подвижные игры и игровые задания в	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
6	Подвижные игры «Карлики и великаны	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного

	», «Запрещенные движения».		самостоятельных занятиях при решении задач физической подготовки. - Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий. Применяют игровые навыки в жизненных ситуациях	отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
7	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
8	Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
9	Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
10	Подвижные игры «Стрелок», «Светофор».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
11	Подвижная игра «Кошки-мышки».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
12	Эстафеты.	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;

13	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
Раздел 2. Зимние забавы. (4ч)				
14	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки».	Практическое	- Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе. -Используют подвижные игры для активного отдыха.	- воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
15	Подвижные игры «Не пропусти шайбу», Метко в цель».	Практическое	-Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности.	воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
16	Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники».	Практическое	- Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности	воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
17	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
Раздел 3. Народные игры. (6ч)				
18	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	Практическое	- Узнают историю возникновения народных игр; - правила проведения игр, эстафет и праздников; - называют правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности;	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
19	Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок».	Практическое	- подготавливают площадки для проведения	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время

			подвижных игр в соответствии с их правилами; регулируют эмоции в процессе игровой деятельности.	выполнения физических упражнений
20	Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
21	Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
22	Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
23	Подвижные игры «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
Раздел 4. Подвижные игры с элементами спортивных игр. Соревнования. (10ч)				
24	Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	Практическое	- Овладевают основными приёмами игры в баскетбол, волейбол, футбол. - Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
25	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч».	Практическое	- Взаимодействуют со сверстниками в	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений

26	Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
27	Удар по неподвижному и катящемуся мячу.	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
28	Ведение и остановка мяча.	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
29	Эстафеты.	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
30	Соревнование по подвижной игре «Снайпер».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
31	Эстафеты с мячами.	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
32	Встречные эстафеты.	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в

				подвижных играх;
33	Комбинированные эстафеты.	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
Итого: 33 часа				

2 класс

№ п/п	Наименование раздела, темы	Форма проведения занятий	Виды деятельности	Форма воспитательного потенциала
Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики. (14ч)				
1	Подвижная игра «Кто дальше бросит»	Практическое	-Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности; - Организуют и проводят совместно сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство. - Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно,	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
2	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	Практическое	выявляют и устраняют типичные ошибки. - Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. - Соблюдают правила безопасности. - Используют действия данных подвижных игр для развития	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
3	Подвижные игры «Лиса и куры», Прыжки по полосам».	Практическое	координационных и кондиционных способностей. - Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе. -Используют подвижные игры для активного отдыха. - Используют	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
4	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза».	Практическое	разученные упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической подготовки.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости,

			- Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий.	смелости во время выполнения физических упражнений
5	Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка».	Практическое	Применяют игровые навыки в жизненных ситуациях	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
6	Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения».	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
7	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята».	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
8	Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда».	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
9	Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки».	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
10	Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор».	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими

				упражнениями и в подвижных играх;
11	Подвижная игра «Кошки-мышки».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
12	Эстафеты.	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
13	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
14	Подвижная игра «С кочки на кочку», эстафеты с прыжками.	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
Раздел 2. Зимние забавы. (4ч)				
15	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки».	Практическое	Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе. Используют подвижные игры для активного отдыха.	воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
16	Подвижные игры «Не пропусти	Практическое	Руководствуются правилами игр,	воспитание самоорганизации и

	щайбу», Метко в цель».		соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной деятельности в игровой	потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
17	Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники».	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
18	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
Раздел 3. Народные игры.(6ч)				
19	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	Практическое	- Узнают историю возникновения народных игр; - правила проведения игр, эстафет и праздников; - называют правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности;	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
20	Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок».	Практическое	- подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами; регулируют эмоции в процессе игровой деятельности.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
21	Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности,

				отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
22	Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
23	Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
24	Подвижные игры «Перетягивание палки - Талтыюх», «Стрелок».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
Раздел 4. Игры с элементами спортивных игр. Соревнований.(10ч)				
25	Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	Практическое	- Овладевают основными приёмами игры в баскетбол, волейбол, футбол. - Используют действия данных подвижных игр для развития	воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
26	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в	Практическое	координационных и кондиционных	воспитание самоорганизации и потребности в

	обруч».		<p>способностей. Взаимодейств уют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. - Соблюдают правила безопасности. - Используют подвижные игры для активного отдыха.</p>	<p>систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;</p>
27	Подвижные игры «Школа Мяча», «Охотники и утки», «Стрелок», «Щука и кароси»	Практическое		<p>воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;</p>
28	Удар по неподвижном у и катящемуся мячу.	Практическое		<p>воспитание дисциплинированнос ти, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений</p>
29	Ведение и остановка мяча.	Практическое		<p>воспитание дисциплинированнос ти, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений</p>
30	Подвижная игра «У кого меньше мячей».	Практическое		<p>воспитание дисциплинированнос ти, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений</p>
31	Соревновани е по подвижной игре «Снайпер».	Практическое		<p>воспитание дисциплинированнос ти, доброжелательного отношения к</p>

				товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
32	Эстафеты с мячами.			воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
33	Встречные эстафеты.			воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
34	Комбинированные эстафеты.			воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
Итого: 34 часа				

3класс

№ п/п	Наименование раздела, темы	Форма проведения занятий	Виды деятельности	Форма воспитательного потенциала
Раздел 1. Игры с элементами легкой атлетики. (11ч)				
1	Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи».	Практическое	- Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. - Организуют и проводят совместно со сверстниками подвижные игры, осуществляют судейство.	воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
2	Подвижные игры «Космонавты», «Невод».	Практическое	- Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
3	Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест».	Практическое	- Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. - Соблюдают правила безопасности.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
4	Подвижная игра «Вызов номеров».	Практическое	- Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей. - Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
5	Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места».	Практическое	- Используют подвижные игры для активного отдыха. - Используют разученные упражнения,	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
6	Подвижная игра «Кто обгонит»,	Практическое	подвижные игры и игровые задания в	воспитание дисциплинированности, доброжелательного

	эстафеты.		самостоятельных занятиях при решении задач физической подготовки. - Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий. - Применяют игровые навыки в жизненных ситуациях	отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
7	Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
8	Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
9	Эстафеты с прыжками.	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
10	Подвижная игра «Кто дальше бросит».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
11	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
Раздел 2. Народные игры. (6ч)				
12	Подвижные игры «Колечко», «Ручеек».	Практическое	- Узнают историю возникновения народных игр; - правила проведения	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к

			игр, эстафет и праздников; - называют правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности;	товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
13	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	Практическое	- подготавливают площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами;	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
14	Подвижные игры «Чехарда» «Кошки- мышки».	Практическое	- регулируют эмоции в процессе игровой деятельности.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
15	Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
16	Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
17	Подвижные игры «Смелые ребята», «Стрелок», «Перестрелка»	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
Раздел 3. Зимние забавы. (4ч)				
18	Подвижные игры «Быстрый	Практическое	Применяют правила	воспитание самоорганизации и

	лыжник», «Не пропусти шайбу».		подбора одежды для занятий на открытом воздухе. -Используют подвижные игры для активного отдыха.	потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
19	Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне».	Практическое	-Руководствуются правилами игр, соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности	воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
20	Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист».	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
21	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;

**Раздел 4. Игры с элементами спортивных игр.
Соревнования (13ч)**

22	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.	Практическое	- Овладевают основными приёмами игры в баскетбол, волейбол, футбол. - Используют действия данных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
23	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	Практическое	- Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. - Соблюдают правила безопасности.	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
24	Броски в цель.	Практическое	Используют подвижные игры для	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к

			активного отдыха.	товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
25	Подбрасывание и подача мяча.	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
26	Прием и передача мяча в волейболе.	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
27	Удары и остановка мяча ногами.	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
28	Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
29	Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
30	Подвижные игры «Овладей мячом»; «Подвижная цель».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к

				товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
31	Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки».	Практическое		воспитание самоорганизации и потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в подвижных играх;
32	Соревнование по подвижной игре «Пионербол».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
33	Соревнование по подвижной игре «Пионербол».	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
34	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом.	Практическое		воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений
Итого: 34 часа				