

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Республики Бурятия**

**МКУ Управление образования МО "Тарбагатайский район"**

**МБОУ Заводская СОШ**

РАССМОТРЕНО

на методическом  
объединении учителей  
МО



Абрамова С.В.  
Приказ № 1 от «29» августа  
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по  
УВР



Боробьева Е.П.  
Приказ № 1 от «29» августа  
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор школы



Четвиговская У.П.  
Приказ № 1 от «29» августа

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»  
для обучающихся 3-4 классов**

учитель Хамаев Владимир Степанович

п. Николаевский 2023

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

Программа «Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младших школьников.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости,

активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

**Цель программы** - Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в МБОУ «Заводская СОШ»

**Целью реализации** основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

➤ становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;

➤ формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;

- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

**Материально – техническое обеспечение программы:** мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.

**Методическое обеспечение программы:** игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.

### **Приёмы и методы**

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные: рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 3-4 классы -34 часа в год. На реализацию курса внеурочной деятельности отводится 1 час в неделю.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

### **3 класс (34 часа)**

#### **Игры с бегом (5 часов)**

*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».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

#### **Игры с мячом (5 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»

#### **Игры с прыжками (5 часов)**

*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?».

#### **Игры малой подвижности (6 часов)**

*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».
- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

### **Зимние забавы (3 часа)**

*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 «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

### **Эстафеты (6 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».

### **Народные игры (4 часа)**

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

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

## **4 класс (34 часа)**

### **Игры с бегом (5 часов)**

*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 «Русская лапта»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».

### **Игры с мячом (5 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».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»  
Игра «Защищай ворота».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».

### **Игры с прыжками (5 часов)**

*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».

### **Игра малой подвижности (6 часов)**

*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».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

### **Зимние забавы (3 часа)**

*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».

### **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)

### **Народные игры (5 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".

**Материально – техническое обеспечение программы:** мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.

**Методическое обеспечение программы:** игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.

### **Приёмы и методы**

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные: рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;

- практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

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

### ***1. Регулятивные УУД:***

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

### ***2. Познавательные УУД:***

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

### **3. Коммуникативные УУД:**

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

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

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

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

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

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;



- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**Должны уметь:**

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**3 класс**

№ П/П	Наименование раздела	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	<b>Игры с бегом</b>  <b>5 часов</b>	ТБ. Игра «Челнок».	1	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
2.		Игра «Змейка».	1	
3.		Игра «Филин и пташки»	1	
4.		Игра «Круговые пятнашки»	1	
5.		Игра «Много троих, хватит двоих»	1	
6.	<b>Игры с мячом</b>  <b>5 часов</b>	Игра «Свечи ставить»	1	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
7.		Игра «Мячик кверху».	1	
8.		Игра «Летучий мяч».	1	
9.		Игра «Защищай город».	1	

10.		Игра «Попади в цель».	1	
11.	<b>Игры с прыжками 5 часов</b>	Игра «Дедушка – рожок».	1	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
12.		Игра «Воробушки и кот».	1	
13.		Игра «Переселение лягушек».	1	
14.		Игра «Борьба за прыжки».	1	
15.		Игра «Кто первый?».	1	
16.	<b>Игры малой подвижности 6 часов</b>	Игра «Перемена мест».	1	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
17.		Игра «Запрещенное движение».	1	
18.		Игра « Море волнуется».	1	
19.		Игра «Колечко».	1	
20.		Игра «Краски».	1	
21.		Игра «Перемена мест»	1	
22.	<b>Зимние забавы 3 часа</b>	Игра «Строим крепость».	1	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
23.		Игра «Меткий стрелок».	1	
24.		Игра «Лепим снеговика».	1	
25.	<b>Эстафеты 6 часов</b>	Эстафеты «Передал – садись»	1	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
26.		Игра «Скакалка под ногами».	1	
27.		Эстафета «Вызов номеров».	1	
28.		Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	1	
29.		Эстафета «Ведерко с	1	

		водой», «Нитки наматывать».		
30.		Эстафета «Кати большой мяч впереди себя».	1	
31.	<b>Народные игры 4 часа</b>	Игра «Гуси - лебеди»	1	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
32.		Игра "Горелки".	1	
33.		Игра «Мотальщицы»	1	
34.		Игра "Мишени".	1	

#### 4класс

№ П/П	Наименование раздела	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	<b>Игры с бегом 5 часов</b>	ТБ. Игра «Мешочек».	1	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
2.		Игра «Бег командами»	1	
3.		Игра «Городок».	1	
4.		Игра «Ловкие ребята».	1	
5.		Игра «Пятнашки в кругу».	1	
6.	<b>Игры с мячом 5 часов</b>	Игра «Мяч среднему».	1	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
7.		Игра «Мяч в центре».	1	
8.		Игра «Мяч – соседу».	1	
9.		Игра «Отгадай, кто бросил».	1	
10.		Игра «Мяч в центре».	1	

11.	<b>Игры с прыжками</b>  <b>5 часов</b>	Игра «Зайцы в огороде».	1	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
12.		Игра «Туда- обратно».	1	
13.		Игра «белые медведи».	1	
14.		Игра «Карусели».	1	
15.		Игра «Ловушка».	1	
16.	<b>Игра малой подвижности</b> <b>6 часов</b>	Игра «Что изменилось?».	1	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
17.		Игра «Кто дальше бросит?».	1	
18.		Игра «Точный телеграф».	1	
19.		Игра «Наблюдатели».	1	
20.		Игра «Ориентирование без карты».	1	
21.		Игра «Пустое место».	1	
22.	<b>Зимние забавы</b>  <b>3 часа</b>	Игра «Снежком по мячу».	1	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
23.		Игра «Кто дальше»	1	
24.		Игра «Быстрый лыжник».	1	
25.	<b>Эстафета</b>  <b>5 часов</b>	«Кто первый?», эстафета парами.	1	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
26.		Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставкой подвижного мяча.	1	
27.		Эстафета с лазанием и перелезанием,	1	
28.		Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1	
29.		Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	

30.	<b>Народные игры  5 часов</b>	Игра «Салки с домом»	1	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
31.		Игра "Салки".	1	
32.		Игра "Малечина - колечина".	1	
33.		Игра "Коршун".	1	
34.		Игра "Бабки".	1	

### ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 класс

№ п/п	Тема	Кол-во уроков	Дата изучения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	ТБ. Игра «Челнок».	1	6.09	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
2	Игра «Змейка».	1	13.09	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
3	Игра «Филин и пташки»	1	20.09	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
4	Игра «Круговые пятнашки»	1	27.09	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
5	Игра «Много троих, хватит двоих»	1	4.10	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
6	Игра «Свечи ставить»	1	11.10	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
7	Игра «Мячик кверху».	1	18.10	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
8	Игра «Летучий мяч».	1	25.10	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>

9	Игра «Защищай город».	1	8.11	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
10	Игра «Попади в цель».	1	15.11	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
11	Игра «Дедушка – рожок».	1	22.11	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
12	Игра «Воробушки и кот».	1	29.11	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
13	Игра «Переселение лягушек».	1	6.12	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
14	Игра «Борьба за прыжки».	1	13.12	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
15	Игра «Кто первый?».	1	20.12	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
16	Игра «Перемена мест».	1	27.12	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
17	Игра «Запрещенное движение».	1	10.01	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
18	Игра « Море волнуется».	1	17.01	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
19	Игра «Колечко».	1	24.01	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
20	Игра «Краски».	1	31.01	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
21	Игра «Перемена мест»	1	7.02	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>
22	Игра «Строим крепость».	1	14.02	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https:// www.fizkult- ura.ru/mobile_game</a>

23	Игра «Меткий стрелок».	1	21.02	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
24	Игра «Лепим снеговика».	1	28.02	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
25	Эстафеты «Передал – садись»	1	6.03	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
26	Игра «Скакалка под ногами».	1	13.03	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
27	Эстафета «Вызов номеров».	1	20.03	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
28	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	1	3.04	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
29	Эстафета «Ведро с водой», «Нитки наматывать».	1	10.04	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
30	Эстафета «Кати большой мяч впереди себя».	1	17.04	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
31	Игра «Гуси - лебеди»	1	24.04	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
32	Игра "Горелки".	1	8.05	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
33	Игра «Мотальщицы»	1	15.05	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
34	Игра "Мишени".	1	22.05	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>

#### 4 класс

№ п/п	Тема	Кол-во уроков	Дата изучения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
-------	------	---------------	---------------	--

1	ТБ. Игра «Мешочек».	1	6.09	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
2	Игра «Бег командами»	1	13.09	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
3	Игра «Городок».	1	20.09	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
4	Игра «Ловкие ребята».	1	27.09	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
5	Игра «Пятнашки в кругу».	1	4.10	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
6	Игра «Мяч среднему».	1	11.10	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
7	Игра «Мяч в центре».	1	18.10	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
8	Игра «Мяч – соседу».	1	25.10	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
9	Игра «Отгадай, кто бросил».	1	8.11	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
10	Игра «Мяч в центре».	1	15.11	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
11	Игра «Зайцы в огороде».	1	22.11	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
12	Игра «Туда- обратно».	1	29.11	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
13	Игра «белые медведи».	1	6.12	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
14	Игра «Карусели».	1	13.12	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>



15	Игра «Ловушка».	1	20.12	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
16	Игра «Что изменилось?».	1	27.12	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
17	Игра «Кто дальше бросит?».	1	10.01	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
18	Игра «Точный телеграф».	1	17.01	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
19	Игра «Наблюдатели».	1	24.01	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
20	Игра «Ориентирование без карты».	1	31.01	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
21	Игра «Пустое место».	1	7.02	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
22	Игра «Снежком по мячу».	1	14.02	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
23	Игра «Кто дальше»	1	21.02	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
24	Игра «Быстрый лыжник».	1	28.02	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
25	«Кто первый?», эстафета парами.	1	6.03	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
26	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча.	1	13.03	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
27	Эстафета с лазанием и перелезанием,	1	20.03	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
28	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1	3.04	Физкульт. Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>

29	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	10.04	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
30	Игра «Салки с домом»	1	17.04	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
31	Игра "Салки".	1	24.04	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
32	Игра "Малечина - колечина".	1	8.05	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
33	Игра "Коршун".	1	15.05	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
34	Игра "Бабки".	1	22.05	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>

### Учебно – методическое и материально – техническое обеспечение учебного процесса

#### МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Помодульные дидактические материалы, представленные на образовательной платформе (в том числе раздаточный материал и т. д.).

#### МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
- Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
- «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
- «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВБІАКО, 2005 г
- Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
- Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
- Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
- Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г

#### ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ ИНТЕРНЕТА

- Образовательная платформа.

Физкульт.Ура [https://www.fizkult-ura.ru/mobile\\_game](https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game)