


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа с Алькино муниципального района
Похвистневский Самарской области.


Проверено
Зам. директора по УВР
 Шигапова А.Х.
«29»августа2022 г.

Утверждено
приказом №128 от
30 августа 2022 г.
Директор  Маннанов Ф.М.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочная деятельность: «Подвижные игры. Поиграйка»
Начальное общее образование
Общее количество часов по учебному плану -135
на основе примерных программ внеурочной деятельности, начальное и
основное образование, В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов, Москва,
Просвещение, 2019 г.

Рассмотрена на заседании МО начальных классов
Протокол № 1 от «26августа 2022г.
Руководитель МО  Тазетдинова Г.Р.

1. Пояснительная записка

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, на основе примерных программ внеурочной деятельности, Начальное и основное образование, В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов, Москва, Просвещение, 2019 г.

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. 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, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

При раннем занятии ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и необходимы максимальные и сверхмаксимальные нагрузки для их повышения.

При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки в избранном.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Программа направлена на:

- Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
- Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
- Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
- Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

Новизна программы заключается в том, что она предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр, начинающаяся с первого года обучения в учебно-тренировочных группах.

В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

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

Основными задачами реализации поставленной цели являются:

1. укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
5. развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
6. стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
7. развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
8. воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
9. формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

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. Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической

подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

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

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. 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.

Место курса в учебном плане

На изучение курса «Подвижные игры» в 1 – 4 классах отводится 135 часов; в 1 классе 33 часа в год; во 2 – 4 классах по 34 часа в год.

2. Планируемые результаты 1 класс:

Личностные результаты

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
 - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
 - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- 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.

3.Содержание программы

1 класс

Тема 1. Техника безопасности

ТБ при проведении подвижных игр.

Тема 2. Беседы

Беседа «Возникновение подвижных игр». Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Беседа: «Основы строения и функций организма». Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».

Тема 3. Игры

Игровое упражнение "Быстро встань в колонну", подвижная игра "Ловишки". "Быстро встань в колонну", подвижная игра "Жмурки", игра малой подвижности "Тихо-громко". Игровое упражнение "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники". "Удочка", игра малой подвижности "Эхо". "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне". "Успей добежать", игра малой подвижности "Эхо". "Жмурки", игра малой подвижности "Летает, не летает". "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка". "Догони свою пару", игра "Фигуры". "Ноги от земли", игра малой подвижности "Кто ушел?". Подвижная игра средней интенсивности "Ключи", игра "Кто ушел?". "Кого назвали, тот ловит", игра средней подвижности "Воротца". "Воробы и кошка". "Ловля обезьян", игра малой подвижности "Мяч

вошедшему". "Перелет птиц", игра малой подвижности "Поймай мяч". "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", игра малой подвижности "Угадай, чей голосок". "Будь ловким", игра средней интенсивности "Фигуры". "Хитрая лиса". "Удочка", "Летает, не летает". "Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает". "Ловишки", эстафета "Передача мяча в колонне". "Бери ленту", игра малой подвижности "Эхо". "Воробьи и кошка" "Мяч в воздухе". "Мяч в воздухе", игра малой подвижности "Кто ушел?". "Медведи и пчелы", "Воротца". "Медведи и пчелы", "Угадай, чей голосок". "Мяч в воздухе", "Затейники". Игровые упражнения без лыж "Лепка снежков и бросание их вдаль". Обучение повороту на месте вокруг пяток лыж - "нарисуем веер".

.Игра "Кто самый быстрый?". Игра "Кто дальше проскользит?". Игра "Кто самый быстрый?" "Паук и мухи", игра малой подвижности "Река и ров". "Ловишки с мячом".

"Жмурки". "Паук и мухи", игра малой подвижности "Летает, не летает". "Скворечники", "Передал, садись". "Жмурки". "Пустое место". "Мы - физкультурники", игра "Угадай, чей голосок". "Мышеловки". "Мышеловка", игра малой подвижности "Затейники". "Море волнуется", эстафета с мячом "Передача мяча в шеренге". "Карусель", эстафета с мячом. "Охотник и зайцы", игра малой подвижности "Эхо". "Мяч водящему", игра малой подвижности "Летает, не летает". "Фигуры". "Быстрее по местам!" "Волк на рву". "Жмурки", "Найди предмет". "Удочка", "Мяч водящему". "Пустое место", игра "Летает, не летает". "Медведь и пчелы", "Мяч в воздухе".

2 класс

Тема 1. Техника безопасности

ТБ при занятиях подвижными играми. ТБ при подвижных играх. «Пятнашки», «Зима-лето». ТБ при занятиях подвижными играми. «Салки выручалки», «Волк во рву».

ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. ТБ при подвижных играх. «Салки выручали», «Волк во рву». ТБ при подвижных играх «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».

Тема 2. Беседы

Беседа «Личная гигиена». Беседа «Закаливание организма». Беседа: «Твой организм».

Тема 3. Игры

«К своим флажкам», «Запрещенные движения». «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам». «Фигуры», «Флюгер». «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики». «Кот идет», «Товарищ командир» «Не ошибись», «Беги и собирай». «Берегись, Буратино», «Жмурки». «Дети и медведь», «Гуси - лебеди». «Зима - лето», «Космонавты». «Пчелки», «красная шапочка». Веселые эстафеты с предметами. «Пустое место», «Кот идет». «Птица без гнезда», «Быстро по местам». «Ловишки», «Карлики и великаны». «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты. «Колдунчики», Пчелки». «Через ручеек», «У ребят порядок строгий». «Стая», «Быстро по местам». «Летучие рыбки», «Жмурки». «Пчелы и медвежата», «Зима – лето». «Проведи», «Пчелки». «Светофор», «Гуси – лебеди». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Волк во рву», «Пустое место». «Воробушки», Берегись Буратино». «Зима - лето», «Космонавты». «Летает - не летает», «Статуя». «Кот идет», «Товарищ командир» «День и ночь», «Воробьи вороны». Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». «Колдунчик», «Салки выручали». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Проведи», «Пчелки». «Хитрая лиса», «Зима – лето». Полоса препятствий. «День ночь», «Мы веселые ребята». «Волк во рву», «Пустое место». «Зима - лето», «Космонавты». Веселые эстафеты с мечами. «Пчелы и медвежата», «Зима – лето».

Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето». Игры на свежем воздухе. «Зима лето». Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель». Веселые эстафеты на свежем воздухе. «Волк во рву», «Пустое место». «Класс смирно», «Веселые старты» «К своим флажкам», «Два

мороза». «Гуси и волк», «Салки выручали». «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда». «День и ночь», «Воробьи вороны». «Воробушки», Берегись Буратино». Веселые старты с баскетбольными мячами. «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты, Игры на свежем воздухе. «Зима лето». Игры с мячом и обручем. Игры со скакалками.

3 класс

Тема 1. Техника безопасности - 3 ч.

Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса. Техника безопасности при занятиях подвижными играми.

Тема 2. Беседы

Беседы по правильному питанию и о режиме дня. Беседа: «Твой организм», «Красивая осанка».

Тема 3. Игры

«Гуси – лебеди», Совушка», "Игольное ушко" «Отгадай, чей голос?», " Воздушный десант" «Удочка», "Хоккей на траве" «Выши ноги от земли», Подвижная игра " Ангар" «Салки», "Лукошко", «Вызов номеров», "Рыбалка", «Мышеловка», "Воронята", «Волк во рву», "Дуэльный баскетбол", "Кресло соседа", "Бирюльки", "Поймай меня", «Вызов номеров», "Гонки с шайбой". "Кот все видит". «Скатывание шаров», «Вьюнок», «Гонки снежных комов», "Зигзаг", «Лепим снеговика», "Догони меня", "Вытеснялки", "Попрыгунчики", «Два Мороза», «У медведя во бору», «Наперегонки парами», «Попрыгунчики – воробышки», «Лягушки – цапли», «Зима - лето», «Найди себе пару», «Шишки, желуди, орехи», «Зима – лето», «С кочки на кочку», «День ночь», «Колдунчик», «Лягушки – цапли», «Статуя», «Метко в цель», «Гуси и волк», «Кот идет», «Вышибалы», «Оленьи упряжки», «Мы веселые ребята», «Пчелки», «Товарищ командир», «Летает - не летает».

4 класс

Тема 1. Техника безопасности

ТБ при проведении подвижных игр.

Тема 2. Беседы

«Закаляйся, если хочешь быть здоров», «Режим дня», «Совы и жаворонки», «Красивая осанка»

Тема 3. Игры народов мира

Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень», бурятская народная игра «Ищем палочку», дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок», марийская народная игра «Катание мяча», татарская народная игра «Серый волк», якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки», чувашская игра «Рыбки, кабардино-балкарская народная игра «Под буркой», калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!», карельские народные игры «Мяч», «Я есть!», игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!», марийская народная игра «Катание мяча», татарская народная игра «Серый волк», якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки», удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка», узбекская народная игра «Колесо», чечено-ингушская игра «Чиж», тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба», мордовские народные игры «Котел», «Круговой», северо-осетинская игра «Борьба за флажки», чувашская игра «Рыбки», игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз», игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки», «Пятнашки», «Салки», «Фанты», «Волк во рву», «Третий лишний», «Охотники и зайцы», «Краски», «Капканы», «Коршуны и наседка», «Ловушка», «Охотник и сторож», «Воробушки - попрыгунчики», «Ласточки и пчелки», «Кошки и мышки», «Колдуны», «Воздух, вода, земля», «Гусеница», «Зайцы в огороде», «У медведя во бору», «Удочка», «Хвостики», «Жаворонки», игры мордовского народа. «Котел» «Салки», игры

белорусского народа. «Михасик», «Прела-горела», «Вьюны», «Посадка овощей», игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок», игры народов Востока. «Скачки», «Собери яблоки», игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек», подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка», подвижные игры, основанные на элементах легкой атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», подвижные игры, основанные на элементах лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», подвижные игры, основанные на элементах спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки», народные игры с камешками, шариками и палками «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка», Хороводные игры «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Заинька», «Ручеёк», игры с метанием, передачей и ловлей мяча «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака», игры с лазанием и перелезанием «Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы», игры для развития внимания «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки», игры со скакалками «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка», подвижные символические игры «Бабки», «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок», игры для формирования правильной осанки «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадка».

Тематическое планирование 1 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
1.	Игра «Салки-приседалки», «Салки с домом», «У медведя во бору»	1
2.	Игра «Салки-приседалки», «Салки с домом», «У медведя во бору» 2	1
3.	«Дедушка Мазай», «Рыбачок», «Уголки», «Узелок», «Третий лишний»	1
4.	«Дедушка Мазай», «Рыбачок», «Уголки», «Узелок», «Третий лишний» 2	1
5.	«Волк во рву», «Два Мороза», «День и ночь»	1
6.	Игра «Чего нет?». Поиск исчезнувшего предмета, «Отгадай, кто подходил?»,	1
7.	Игра «Чего нет?». Поиск исчезнувшего предмета, «Отгадай, кто подходил?» 2	1
8.	«Яша и Маша», «Слепой и зрячий», «Холодно-горячо», «Космонавты»	1
9.	«Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок - бегунок», «Третий лишний»	1
10.	«Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок - бегунок», «Третий лишний» 2	1
11.	«Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики»	1
12.	«Воробушки и кот», «Болото», «Волк во рву».	1
13.	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча.	1
14.	«Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху»,	1
15.	«Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».	1
16.	Зимние игры на снеговой площадке.	1

17.	Игра в снежки, лепка снежных баб.	1
18.	Зимние игры на горке.	1
19.	«Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик».	1
20.	«Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы».	1
21.	«Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка».	1
22.	«Заря», «Корзинки», «Воробьи, вороны».	1
23.	«Ворота», «Встречный бой», «Во поле берёза», «Вытолкни за круг»,	1
24.	«Казачи и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек»	1
25.	«Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».	1
26.	«Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».	1
27.	«Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая»,	1
28.	«Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».	1
29.	«Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби»	1
30.	«Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка»	1
31.	«Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору».	1
32.	«Зайцы в огороде», «Кошки -мышки», «Пчёлки и ласточки».	1
33.	«Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки».	1

Тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Кол-во ч	Содержание занятий
1.	1ч	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Разучивание игры «Стань правильно», «Карлики и великаны».
2.	1ч	Разучивание игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения».
3.	1ч	Разучивание игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения».
4.	1ч	Разучивание игры «Фигуры», «Флюгер».
5.	1ч	Разучивание игры «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики».
6.	1ч	Беседа личная гигиена. «Летает - не летает», «Статуя».
7.	1ч	«Кот идет», «Товарищ командир»
8.	1ч	«Не ошибись», «Беги и собирай».
9.	1ч	«Берегись, Буратино», «Жмурки».
10.	1ч	«Дети и медведь», «Гуси - лебеди».
11.	1ч	«Зима - лето», «Космонавты».
12.	1ч	Беседа: «Твой организм». «Кот проснулся»
13.	1ч	« Пчелки», «красная шапочка».
14.	1ч	Веселые эстафеты с предметами.
15.	1ч	«Пустое место, «Кот идет».
16.	1ч	«Птица без гнезда», «Быстро по местам».
17.	1ч	«Ловишки», «Карлики и великаны».
18.	1ч	ТБ при подвижных играх. «Пятнашки», «Зима- лето».

19.	1ч	«Зайцы, сторож и жучка», веселые старты.
20.	1ч	«Колдунчики», Пчелки».
21.	1ч	«Через ручеек», «У ребят порядок строгий».
22.	1ч	«Стая», «Быстро по местам».
23.	1ч	«Летучие рыбки», «Жмурки».
24.	1ч	«Пчелы и медвежата», «Зима – лето».
25.	1ч	«Проведи», «Пчелки».
26.	1ч	«Светофор», «Гуси – лебеди».
27.	1ч	«Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».
28.	1ч	«Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».
29.	1ч	«Волк во рву», «Пустое место».
30.	1ч	Беседа. Закаливание организма. «Кошки мышки».
31.	1ч	«Воробушки», Берегись Буратино».
32.	1ч	«Зима - лето», «Космонавты».
33.	1ч	ТБ при подвижных играх. «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».
34.	1ч	Итоговый урок

Тематическое планирование 3 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Теория. Игра «Гуси -лебеди»	1
2	Игра «Здравствуйте»	1
3	Игра «Салки»	1
4	Игра «Атомы и молекулы»	1
5	Игра «Два медведя»	1
6	Игра «Тянулка	1
7	Игра «Тянулка	1
8	Игра «Салки на одной ноге»	1
9	Игра «Удочка»	1
10	Игра «Горелки»	1
11	Игра «Капканы»	1
12	Игра «Капканы»	1
13	Вводное занятие. Теория. Игра на внимание «Гусеница»	1
14	Игра на внимание «Светофор»	1
15	Игра на внимание «Мигалки»	1
16	Игра на внимание «Собери грибы»	1
17	Игра на внимание «Школа разведчиков»	1
18	Игра на внимание «Смешарики»	1
19	Игра на внимание «Земля, вода, воздух, огонь»	1
20	Игра на внимание «Водяной»	1
21	Игра на внимание «Кошки- мышки»	1
22	Игра на внимание «Сантики- фантики лим-по-по»	1
23	Игра на внимание «Вороны и воробьи»	1
24	Игры на внимание "Запрещённое движение", «Съедобное-	1

	несъедобное	
25	Игра на внимание «Кот идет»	1
26	Игра на внимание «Найди платок»	1
27	Игра на внимание «Жмурки с колокольчиком»	1
28	Вводное занятие «Народные игры». Русская игра – забава «Ручеёк»	1
29	Русская игра «Вышибалы»	1
30	Русская игра «Коршун»	1
31	Литовская игра «Король зверей»	1
32	Осетинская игра «Чепенá»	1
33	Татарская игра «Продаем цветы» («Чулмак цены»)	1
34	Туркменская игра «Держи за хвост» («Чуйруктутды»)	1

Тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Здоровый образ жизни.	1
2	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1
3	Режим дня и личная гигиена.	1
4	Профилактика травматизма. Инструктаж по ТБ на занятиях «Подвижные игры».	1
5	Школьный праздник «День здоровья».	1
6	Нарушение осанки.	1
7	Русские народные игры и забавы «Щука».	
8	«Водяной».	1
9	«Третий лишний».	1
10	Здоровье в порядке - спасибо зарядке!	1
11	«На золотом крыльце сидели...».	1
12	«Кандалы».	1
13	«Ворота».	1
14	«Слон», «Козел».	1
15-16	Соревнования. Детская легкая атлетика.	2
17	«Лягушки и цапля».	1
18	«Волк во рву».	1
19	«Прыгуны».	1
20	«Лошади».	1
21	Эстафета.	1
22	«Птички и клетка».	1
23	«Северный и южный ветер».	1
24	«Бой петухов».	1
25	«Караси и щука».	1
26	«Лиса в курятнике».	1
27- 28	Соревнования. Детская легкая атлетика.	2
29	«Река и ров».	1
30	«Горячая картошка».	1

31	«Заяц без логова».	1
32	«Подвижная цель».	1
33	«Бредень».	1
34	Итоговый урок	1

Перечень учебно-методического обеспечения

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов мира» М.: Просвещение, 1989г.
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.: ВАКО, 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 г
8. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г
9. В.А. Горский, Примерные программы внеурочной деятельности, М. Просвещение, 2011 г
10. Ларчик с играми, М. Детская литература, С. Глязер,1975 г
11. Русские народные игры, М., 1988 г. Л.В. Былеева
12. Мячи, скакалки, обручи, малые мячи, матрасы, кегли, мешки