Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Устино-Копьёвская средняя общеобразовательная школа»

**«РАССМОТРЕНО»**

Руководитель МО НК: Малышева С.Л.

Протокол МО №1 от 29.08.2023г.

**«СОГЛАСОВАНО»** **«УТВЕРЖДЕНО»**

Зам. директора по УВР Директор школы

М.М. Корж Н.В. Кмита

Протокол пед. сов. №1 от 30.08.2023 Пр.№54 от 01.09.2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

1 класс

с. Устинкино, 2023г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее – ФГОС НОО), Федеральной образовательной программы начального общего образования (далее – ФОП НОО), рабочей программы воспитания МБОУ «Устино-Копьёвская СОШ» и направлена на развитие двигательных способностей, приобщение к систематическим занятиям.

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

Рабочая программа предназначена для оздоровительной работы с детьми, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Программа направлена на формирование развития и укрепления здоровья обучающихся. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания подрастающего поколения. Командный характер игр воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи, развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность и личные качества – самостоятельность, инициативу, творчество. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать техникой и тактикой, развивать физические качества, преодолевать усталость, боль, вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды, строго соблюдать бытовой и спортивный режим. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества. Систематические занятия играми обеспечивают каждому обучающемуся всестороннее физическое развитие, возможность сохранения здоровья, увеличение продолжительности жизни и работоспособности, приобретение эмоционального, психологического комфорта и залога безопасности жизни.

**ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА**

Изучение курса «Подвижные игры» направлено на достижение следующих целей:

* Создание условий для укрепления здоровья обучающихся и развитию всесторонней развитой личности.
* Создание условий для развития двигательных способностей, приобщения к систематическим занятиям учащихся посредством физических упражнений.

Задачи:

* Изучить комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;
* Повышать физическую и умственную работоспособность;
* Совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями;
* Формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
* Приобщать к здоровому образу жизни, обучить простейшим способам контроля над физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности;
* Развивать интерес к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, формам активного отдыха и досуга;
* Настроить на положительную мотивацию к увеличению двигательной активности через желание улучшить свои результаты при сдаче норм ГТО, участия в соревнованиях «Президентские состязания».

Курс «Подвижные игры» пробуждает интерес к занятию физической культурой, посещение спортивных секций, и участию в соревнованиях различных уровней, имеет большое воспитательное значение: способствует формированию таких нравственных качеств, как ответственность, умение работать в команде, понимать и принимать другую точку зрения, договариваться друг с другом, заботиться о своих товарищах, проявлять уважение к старшим.

**МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Программа рассчитана на 1 год, занятия проводятся 1 раз в неделю. Программа рассчитана на 34 часа.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА**

*Теоретический материал*

Техника безопасности. Как появилась физическая культура у древних народов. Сведения об истории возникновения и развития подвижных игр. Правила техники безопасности при выполнении упражнений на занятиях; правила пожарной безопасности, поведения в спортивном зале; Сведения о строении и функциях организма человека; влияние физических упражнений на организм занимающихся; Гигиена, врачебный контроль на занятиях подвижных игр; правила подвижных игр; оборудование места занятий, инвентарь для подвижных игр.

*Игры с элементами легкой атлетики*

**“Быстро по местам”, «Отгадай, чей голосок», «**Салки», «Горелки», «Караси и щука», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Удочка», **«День и ночь», «Сумей догнать»,** «Подпрыгни и подуй на шарик», «Два мороза»,  **«Ловкие и меткие»,**  «Волк во рву», «Бегуны и прыгуны», «Ловишка», «Шарик», «Хомячки», «Колдунчики», «Тишина». Обучающиеся приобретают основы умений бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

*Командные* *игры и эстафеты*

«Гонка мячей по рядам», «Встречная эстафета с мячом», «Сбей кеглю», **«Гонка мяча в колоннах»,** «Гуси-лебеди**», «Два капитана»** «Невод», «У медведя во бору», «Хромая лиса», «Медведь и вожак», «Море волнуется», «Волк и овцы», «Два мороза», «Коршун и наседка»**.** Способствуют усилению деятельности костно-мышечной, сердечнососудистой и дыхательной систем через активные двигательные действия. Подвижные игры закаливают организм, укрепляют нервную систему. Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны:  подражательные, образно-творческие, ритмические; выполняться в виде двигательных задач, требующих проявления ловкости, быстроты, силы и других физических качеств.

*Игры с мячом*

***«***Не давай мяча водящему», «Мяч среднему», «Перестрелка», «Мяч водящему», **«Передай – садись»,** «Кто быстрее», «Лошадка», «Прокати мяч», «Ночная охота» , «Вышибалы», «Догони мяч», «Грузим арбузы», «Съедобное и не съедобное». Упражнения и игры с мячом благоприятно влияют на физическое развитие и работоспособность ребёнка. При ловле и броске мяча ребёнок действует двумя руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма. В играх с мячом, создаются благоприятные условия для воспитания положительных нравственно-волевых черт детей. Такие игры приучают преодолевать эгоистические побуждения, воспитывают выдержку.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Изучение курса «Подвижные игры» на уровне основного общего образования направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета.

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

*В сфере гражданского воспитания:* уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).

*В сфере патриотического воспитания:* осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины

- России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

*В сфере духовно-нравственного воспитания:* ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении; способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

*В сфере эстетического воспитания:* восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства; осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества; умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности; формировать потребность иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами

*В сфере физического воспитания:* осознание ценности жизни; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет- среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека, владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности.

*В сфере трудового воспитания:* умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям; установка на

активное участие в решении практических задач; осознание важности обучения на протяжении всей жизни; уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

*В сфере экологического воспитания:* ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

*В сфере ценности научного познания:* ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

*В сфере адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:* освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды; открытость опыту и знаниям других; повышение уровня своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, умение осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других; осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие; умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики; умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате освоения курса в основной школе у обучающегося будут сформированы следующие **метапредметные** результаты:

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

* + - * овладеть способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
* формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
* формировать умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
* характеризовать явление (действия, поступки), дать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

* пользоваться приёмами анализа и синтеза при просмотре видеозаписей, проводить сравнение и анализ;
* понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
* проявлять индивидуальные командные способности в игре;
* планировать спортивные занятия в режиме дня, организовывать отдых досуг в течение дня с использованием средств физической культуры;
* уметь выбрать для себя с учетом своих особенностей способ закаливания;
* отслеживать состояния здоровья;
* отслеживать двигательные действия составляющие содержание подвижных игр;
* осваивать технику физических упражнений прикладной направленности;
* владеть понятиями в игре волейбол;
* применять полученные навыки в повседневной жизни;
* формировать первичные навыки судейства;

**Коммуникативныеуниверсальныеучебныедействия:**

* включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность;
* работать в группе, учитывать мнения партнёров;
* обращаться за помощью;
* формулировать свои затруднения;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходить к общему решению;
* осуществлять взаимный контроль;
* адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

К концу обучения обучающийся научится:

* технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спорта использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
* проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
* соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
* пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.
* владеть основными техническими приемами
* применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий волейболом
* расширят знания по истории развития физической культуры, спорта и олимпийскому движению,
* получат опыт организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
* научаться отслеживать уровень своей физической подготовки, вести

наблюдения за динамикой развития своих физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него призанятиях физической культурой посредством использования физически х нагрузок;

* расширить двигательный опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств;

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов и тем, планируемых для освоения обучающимися | Количество ччасов | Форма организации | Виды деятельности обучающихся, направленные на достижение результата | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы | Дата | |
| План | Факт |
| **Раздел 1. Теоретический материал.- 1ч** | | | | | |  |  |
| 1 | Инструктаж по технике безопасности.  Правила подвижных игр | 11 | Индивидуальная, групповая, фронтальная | Безопасность во время занятий.  Знакомство с правилами подвижных игр. | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| **Раздел 2****Игры с элементами легкой атлетики – 14ч** | | | | | | | |
| 2 | Эстафеты «Гонка мячей в колонах», «Сбей кеглю» | 11 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, игра | Разминка направленная на развитие быстроты. Эстафеты «Гонка мячей в колонах», «Сбей кеглю» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 3 | Эстафеты  Учись быстроте и ловкости. Подвижные игры «Прыжки», «Кто быстрее?». | 11 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, игра | Разминка в движении. Эстафеты: «Кто быстрее», «Прыжки». | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 4 | Физические качества. Подвижные игры «Третий лишний», «Бегуны и прыгуны» | 11 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, игра | Ходьба обычным шагом (бег), скрестным шагом, приставным шагом (бег). Разминка в движении. Подвижные игры «Третий лишний», «Бегуны и прыгуны». | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 5 | Подвижные игры «Медведь спит, «Весёлая скакалка» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу. Подвижные игры «Медведь спит, «Весёлая скакалка» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 6 | Подвижная игра «Очистить свой сад от камней» | 11 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Строевые команды «равняйсь», «смирно». Повороты направо и налево. Разминка на месте. Подвижная игра «Очистить свой сад от камней» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 7 | Путешествие в страну "Королевы спорта" Подвижные игры «Салки», «Ловишка» | 11 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Ходьба обычным шагом (бег), скрестным шагом, приставным шагом (бег). Разминка в движении. Подвижные игры «Третий лишний», «Бегуны и прыгуны». | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 8 | Подвижные игры: «Волк во рву», «Щука и караси» | 11 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка в движении. Подвижные игры: «Волк во рву», «Щука и караси» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 9 | Темп и ритм. Подвижные игры «Салки», «Бегуны и прыгуны» | 11 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Строевые команды «равняйсь», «смирно». Повороты направо и налево. Разминка на месте. Подвижные игры «Салки», «Бегуны и прыгуны» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 10 | Взаимосвязь видов упражнений и движений. Подвижная «День и ночь» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Взаимосвязь видов упражнений и движений: бег, прыжки, метания. Подвижная «День и ночь» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 11 | Подвижные игры «Командные салки», «Сокол и голуби» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Строевые команды «равняйсь», «смирно». Повороты направо и налево. Разминка на месте. Подвижные игры «Командные салки», «Сокол и голуби» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 12 | Беговая дорожка. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка направленная на развитие быстроты. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 13 | Подвижные игры «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка, направленная на развитие координации движений.  Подвижные игры «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 14 | Подвижные игры «Шарик», «Хомячки» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Ходьба обычным шагом (бег), скрестным шагом, приставным шагом (бег). Разминка в движении.  Подвижные игры «Шарик», «Хомячки» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 15 | Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Взаимосвязь видов упражнений и движений: бег, прыжки, метания. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| **Раздел 3****Командные игры и эстафеты - 6**ч | | | | | | | |
| 16 | Подвижные игры «Сумей догнать», «Ловкие и меткие» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Строевые команды «равняйсь», «смирно». Повороты направо и налево. Подвижные игры «Сумей догнать», «Ловкие и меткие» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 17 | Подвижные игры «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка направленная на развитие гибкости.  Подвижные игры «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 18 | Подвижная игра «Очистить свой сад от камней» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка направленная на развитие гибкости.  Подвижная игра «Очистить свой сад от камней» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 19 | Подвижные игры «Невод», «У медведя во бору» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка, направленная на развитие координации движений.  Подвижные игры «Невод», «У медведя во бору» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 20 | Подвижные игры «Волки и зайцы», «Кто громче?» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка, направленная на развитие внимания и равновесия.  Подвижные игры «Волки и зайцы», «Кто громче?» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 21 | Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг». | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Ходьба обычным шагом (бег), скрестным шагом, приставным шагом (бег). Разминка в движении. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг». | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| **Раздел 4 Игры с мячом – 13ч** | | | | | | | | Прыжок за прыжком. |
| 22 | Подвижная игра «Не давай мяча водящему» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Упражнения направленные на развитие гибкости  Подвижная игра «Не давай мяча водящему» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 23 | Подвижная игра «Перестрелка» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Взаимосвязь видов упражнений и движений: бег, прыжки, метания. Разучивание подвижной игры «перестрелка» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 24 | Подвижные игры «съедобное и не съедобное», «живая цель». | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка направленная на развитие координационных способностей. Подвижные игры «съедобное и не съедобное», «живая цель». | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 25 | Эстафеты «художники», «бег с тремя мячами», «гонка мячей под ногами» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка в ходьбе, беге.  Эстафеты «художники», «бег с тремя мячами», «гонка мячей под ногами» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 26 | Подвижные игры «Ночная охота» , «Вышибалы» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Строевые команды «равняйсь», «смирно». Повороты направо и налево. Подвижные игры «Ночная охота» , «Вышибалы» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 27 | Эстафеты «Гонка мячей в колонах», «Сбей кеглю» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка направленная на развитие быстроты. Эстафеты «Гонка мячей в колонах», «Сбей кеглю» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 28 | Подвижные игры «перестрелка», «съедобное и не съедобное». | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Ходьба обычным шагом (бег), скрестным шагом, приставным шагом (бег). Подвижные игры «перестрелка», «съедобное и не съедобное». | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 29 | Подвижные игры «съедобное и не съедобное», «Сбей кеглю» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка в ходьбе, беге.  Эстафеты «художники», «бег с тремя мячами», «гонка мячей под ногами» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 30 | Удивительная пальчиковая гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч». | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка направленная на развитие гибкости. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч». | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 31 | Подвижная игра «перестрелка» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Строевые команды «равняйсь», «смирно». Повороты направо и налево. Подвижная игра «перестрелка» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 32 | Эстафеты «художники», «бег с тремя мячами», «гонка мячей под ногами» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка направленная на развитие координационных способностей. Подвижные игры «съедобное и не съедобное», «живая цель». | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 33 | Подвижные игры «Ночная охота» , «Вышибалы» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка направленная на развитие быстроты. Подвижные игры «Ночная охота» , «Вышибалы» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |
| 34 | Подведение итогов.  Подвижная игра «перестрелка» | 1 | Индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, игра | Разминка в ходьбе, беге.  Подведение итогов.  Подвижная игра «перестрелка» | [**www.edu.ru**](http://www.edu.ru)  [**www.shool.edu.ru**](http://www.shool.edu.ru)  [**https://uchi.ru**](https://uchi.ru) |  |  |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. Физическая культура.  1-4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений/ (под редакцией М.Я. Виленского – Москва: «Просвещение», 2016.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

*Основная литература:*

1. В.И. Лях. Физическая культура. 1-4 классы. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха., М.Я. Виленского. Изд. 7-е. Серия «Физическое воспитание» - М: «Просвещение» 2019.
2. Физическая культура: 1—2 классы: методическое пособие / О. А. Немова. — М. : Вентана-Граф, 2017.
3. Матвеев А. П., Мельников С. Б. Методика физического воспитания с основами теории. - М.: Просвещение, 1991.
4. Словарь некоторых терминов и понятий учителя физической культуры и его учеников. - Кемерово, 1998.
5. Подвижные игры для детей: Пособие для учителя физкультуры. Лепёшкин В. А. — М.: Школьная Пресса, 2004. — 64 с. — (Начальная школа: воспитание и обучение. Приложение к журналу «Дошкольник. Младший школьник»; Вып. 9.)

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ**

1. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. Организационные, методические материалы. http: //.  www.novgorod.fio/progects/ progects 1552/index.htm
2. Спорт в школе и здоровье детей – разработки уроков и внеклассных мероприятий на сайте Фестиваля педагогических идей «Открытый урок». http: // festival.1september/ru
3. Организация спортивной работы в школе. Нормативные документы. Инструкции и рекомендации. Планирование контроль. Внеклассная работа.  www.uchmag. ru
4. Журнал «Физическая   культура». Образование, воспитание, тренировка. http: //.  www.infosport/ ru/press

Интернет-ресурсы

1.        Сайт учителя физической культуры. Планирование уроков физической культуры. Форум учителей. http: // www.trainer.hl. ru

2.        Сообщество учителей физической культуры. Библиотека документов: http:it – n. ru/cjmmuniities. Aspx.

3.       Сайт Мега Талант:   [https://mega-talant.com/biblioteka/programma-kruzhka-po-ofp-84619.html](https://www.google.com/url?q=https://mega-talant.com/biblioteka/programma-kruzhka-po-ofp-84619.html&sa=D&source=editors&ust=1614710984059000&usg=AOvVaw12HmEYpjHkxL6sfrgtPjra).

4.      Социальная сеть работников образования: [https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/10/20/programma-dlya-sektsii-ofp](https://www.google.com/url?q=https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/10/20/programma-dlya-sektsii-ofp&sa=D&source=editors&ust=1614710984059000&usg=AOvVaw3gCztsvyY_iiHVZCC9z8b7)

5.     Ведущий образовательный портал России Инфоурок: [https://infourok.ru/obrazovatelnaya-programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-obschaya-fizicheskaya-podgotovka-s-uchyotom-programmnogo-materiala-2732484.html](https://www.google.com/url?q=https://infourok.ru/obrazovatelnaya-programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-obschaya-fizicheskaya-podgotovka-s-uchyotom-programmnogo-materiala-2732484.html&sa=D&source=editors&ust=1614710984060000&usg=AOvVaw0eMqkII-azdCwFeWoGQnZN)**.**