

**Пояснительная записка**

Настоящая рабочая программа «Подвижные игры» по спортивно- оздоровительному направлению разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями основной общеобразовательной программы начального общего образования ЧОУ ШКОЛА «ТАЛАНТ».

Нормативно-правовой и документальной базой программы по внеурочной деятельности, по формированию культуры здоровья учащихся на уровне начального общего образования являются:

* - Федеральный закон от 29.12.2012г.№273-ФЗ «Об образовании в

Российской Федерации» (в действующей редакции);

* - Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 года № 373 (в ред. Приказа Министерства образования и науки РФ от 29 декабря 2014 г. № 1643, Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 года № 1576;
* - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам–образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. №1015);
* - Письмо Департамента общего образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011г. № 03- 296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
* - Письмо Минобрнауки Российской Федерации от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ».
* - Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821- 10, утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (далее – СанПиН 2.4.2.2821-10);

Комплексная программа физического воспитания (авторы В.И. Лях, А.А. Здаевич)

Программа рассчитана на 135 занятий (по 40мин.) для учащихся 1-4 классов:

1 кл. – 33ч. по 1 ч. в неделю, 2-4 кл. – 34ч. по 1 ч. в неделю.

**Цель курса**: удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

**Основными задачами** данного курса являются:

* - укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств;
* - развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
* - развитие сообразительности, творческого воображения;
* - развитие коммуникативных умений;
* - воспитание внимания, культуры поведения;
* - создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
* - обучить умению работать индивидуально и в группе,
* - развить природные задатки и способности учащихся;
* - развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
* - развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно- двигательного аппарата, дыхательной, сердечно-сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учащихся, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего учащегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего потенциала.

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

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

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

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Результатом занятий в кружке «Подвижные игры народов мира» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Будут сформированы универсальные компетенции:

* - умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
* - умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
* - умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностные результаты**

Учащиеся должны:

* + - - 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:**

**Регулятивные УУД:**

* - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
* - проговаривать последовательность действий во время занятия;
* - учиться работать по определенному алгоритму.

**Познавательные УУД:**

* - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

**Коммуникативные УУД:**

* + - - Умение оформлять свои мысли в устной форме
    - - слушать и понимать речь других;
    - - договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
    - - учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли
    - (лидера исполнителя).

**Предметные результаты**

Учащиеся должны:

* - организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
* - обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
* - представлять подвижные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* - формировать навыки здорового образа жизни;
* - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении 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;
* - 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;
* - 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.
* - организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере;
* - разработать (придумать) свои подвижные игры

**Формы занятий:**

Ведущей формой организации обучения является **групповая.** Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

* - смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
* - смена личностных интересов и запросов учащихся.

**Виды деятельности**: игровая, познавательная.

**Формы подведения итогов реализации программы.**

**Способы проверки знаний и умений:**

* проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
* участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
* открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности. Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:
* весёлые старты;
* спортивные эстафеты;
* фестиваль игр;
* праздник «Игромания»;
* спортивный праздник «Богатырские потешки»;
* фестиваль ГТО;
* «День здоровья».

# 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.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности : 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. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры: начиная от народных игр, заканчивая спортивными - баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, бадминтон и т. д.

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.

# Содержание курса внеурочной деятельности

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

**«Русские народные игры»** включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

**«Игры различных народов**». Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

**«Подвижные игры».** Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

**«Эстафеты».** Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

**1 класс (33 занятия)**

**Игры с бегом (6 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
* Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».
* Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».
* Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
* Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
* Комплекс ОРУ с предметами. Игра» «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

**Игры с мячом (5 часов).**

*Теория.* История возникновения игр с мячом.

*Практические занятия:*

* Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».
* Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».
* Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса.
* Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».
* Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

**Игра с прыжками (5 часов).**

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

*Практические занятия:*

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

**Игры малой подвижности (5 часов).**

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

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

*Практические занятия:*

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

**Зимние забавы (4 часов).**

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

*Практические занятия:*

* Игра «Скатывание шаров».
* Игра «Гонки снежныхкомов».
* Игра «Клуб ледяных инженеров».
* Игра «Мяч из круга».
* Игра «Гонка с шайбами».
* Игра «Черепахи».

**Эстафеты (4 часов).**

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

*Практические занятия:*

* Беговая эстафеты.
* Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
* Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

# Народные игры (4 часов)

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

*Практические занятия:*

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

**2класс (34 занятия)**

# Игры с бегом ( 5часов)

*Теория*. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега *Практические занятия:*  Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»

* Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
* Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место».
* Упражнения с предметами. Ирга «Невод». Игра «Колесо»
* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи- попрыгунчики».

# Игры с прыжками (5 часов)

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».
* Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
* Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
* Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

# Игры с мячом (5 часов)

*Теория*. Правила безопасного поведения при с играх мячом.

*Практические занятия:*

* Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».
* Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»
* Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
* Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

# Игры малой подвижности (5 часов)

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

*Практические занятия:*

* Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
* Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
* Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
* Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.
* Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра « Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

# Зимние забавы (4 часов)

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

*Практические занятия:*

* Игра «Лепим снежную бабу».
* Игра «Лепим сказочных героев».
* Игра «Санные поезда».
* Игра «На одной лыже».
* Игра «Езда на перекладных»

# Эстафеты (5 часов)

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки *Практические занятия:*

* Веселые старты
* Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
* Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
* Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
* Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

# Народные игры (5 часов)

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

*Практические занятия:*

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

**3класс (34 занятия)**

# 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 малыми 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 (5 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 (4 часов)

*Теория*. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

*Практические занятия:*

* Игра «Строим крепость».
* Игра «Взятие снежного городка».
* Игра «Лепим снеговика».
* Игра «Меткой стрелок».

# Эстафеты (5 часов)

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

*Практические занятия:*

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

# Народные игры (5 часов)

*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".

**4класс (34 занятия)**

**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». Игра «Мяч в центре».

**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 (5 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 (4 часов).**

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

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

*Практические занятия:*

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

**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)

**Игра малой подвижности (5 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».

# 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".

**Тематическое планирование**

**1 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Количество часов | |  |
| Общее  кол - во часов | Теория | Практика |
| 1. | Игры с бегом (общеразвивающие игры). | 6 ч. | 1 ч. | 5 ч. |
| 2. | Игры с мячом. | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 3. | Игра с прыжками (скакалки). | 5ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 4. | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 5ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 5. | Зимние забавы. | 4ч. | 1 ч. | 3 ч. |
| 6. | Эстафеты. | 4 ч. | 1 ч. | 3ч. |
| 7. | Народные игры | 4 ч. | 1 ч. | 3ч. |
| Итого: | | 33 ч. | 7 ч. | 26ч. |

# 

# 2 класс

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Количество часов | |  |
| Общее  кол - во часов | Теория | Практика |
| 1. | Игры с бегом (общеразвивающие игры). | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 2. | Игры с мячом. | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 3. | Игра с прыжками (скакалки). | 5ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 4. | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 5. | Зимние забавы. | 4 ч. | 1 ч. | 3 ч. |
| 6. | Эстафеты. | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 7. | Народные игры | 5 ч. | 1 ч. | 4ч. |
| Итого: | | 34 ч. | 7 ч. | 27 ч. |

**3 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Количество часов | |  |
| Общее  кол - во часов | Теория | Практика |
| 1. | Игры с бегом (общеразвивающие игры). | 5ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 2. | Игры с мячом. | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 3. | Игра с прыжками (скакалки). | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 4. | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 5. | Зимние забавы. | 4 ч. | 1 ч. | 3 ч. |
| 6. | Эстафеты. | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 7. | Народные игры | 5ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| Итого: | | 34 ч. | 7 ч. | 27 ч. |

**4 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел/тема** | **Количество часов, отводимых на изучение темы** | | |
| Общее  кол - во часов | Теория | Практика |
| 1. | Игры с бегом (общеразвивающие игры). | 5ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 2. | Игры с мячом. | 5ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 3. | Игра с прыжками (скакалки). | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 4. | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для | 5ч. | 1 ч. | 4 ч. |
|  | подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). |  |  |  |
| 5. | Зимние забавы. | 4 ч. | 1 ч. | 3 ч. |
| 6. | Эстафеты. | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
| 7. | Народные игры | 5 ч. | 1 ч. | 4 ч. |
|  | Итого: | 34 ч. | 7 ч. | 27 ч. |

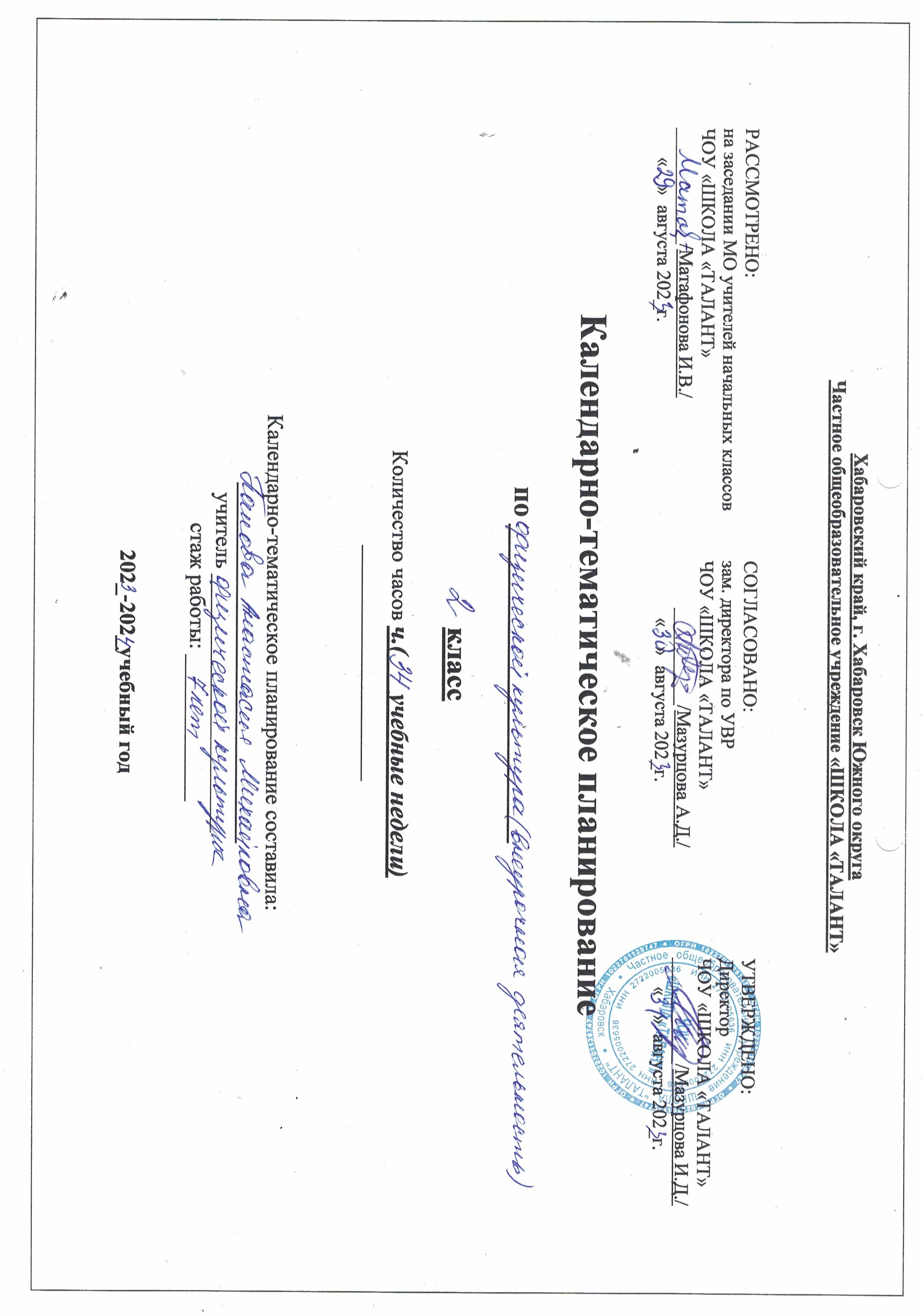


**Календарно-тематическое планирование программы «Подвижные игры»**

# 1 класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № П/П | Тема занятия | Кол- во часов | Дата |
| 1. | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. | 1 |  |
| 2. | Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». | 1 |  |
| 3. | Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору». | 1 |  |
| 4. | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски». | 1 |  |
| 5. | Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». | 1 |  |
| 6. | Комплекс ОРУ с предметами. Игра» «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи». | 1 |  |
| 7. | История возникновения игр с мячом. | 1 |  |
| 8. | Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу». | 1 |  |
| 9. | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели». | 1 |  |
| 10. | Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей». | 1 |  |
| 11. | Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра | 1 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель». |  |  |
| 12. | Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков.  Последовательность обучения прыжкам. | 1 |  |
| 13. | Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». | 1 |  |
| 14. | Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля». | 1 |  |
| 15. | Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало». | 1 |  |
| 16. | Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли». | 1 |  |
| 17. | Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.  Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. | 1 |  |
| 18. | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты». | 1 |  |
| 19. | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». | 1 |  |
| 20. | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». | 1 |  |
| 21. | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.  Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг». | 1 |  |
| 22. | Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. | 1 |  |
| 23. | Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов». | 1 |  |
| 24. | Игра «Клуб ледяных инженеров». Игра «Мяч из круга». | 1 |  |
| 25. | Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи». | 1 |  |
| 26. | Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма. | 1 |  |
| 27. | Беговая эстафеты. | 1 |  |
| 28. | Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками) | 1 |  |
| 29. | Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия | 1 |  |
| 30. | Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. | 1 |  |
| 31. | Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан-ба» | 1 |  |
| 32. | Разучивание народных игр. Игра «Чижик» | 1 |  |
| 33. | Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота» | 1 |  |



**Календарно-тематическое планирование программы «Подвижные игры»**

# 2 класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № П/П | Тема занятия | Кол- во часов | Дата |
| 1. | Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега | 1 |  |
| 2. | Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи» | 1 |  |
| 3. | Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». | 1 |  |
| 4. | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Ирга «Невод». Игра «Колесо» | 1 |  |
| 5. | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики». | 1 |  |
| 6. | Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.  Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой | 1 |  |
| 7. | Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки». | 1 |  |
| 8. | Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше» | 1 |  |
| 9. | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом». | 1 |  |
| 10. | Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом» | 1 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 11. | Правила безопасного поведения при играх мячом. | 1 |  |
| 12. | Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи». | 1 |  |
| 13. | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч» | 1 |  |
| 14. | Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». | 1 |  |
| 15. | Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». | 1 |  |
| 16. | Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. | 1 |  |
| 17. | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». | 1 |  |
| 18. | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». | 1 |  |
| 19. | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». | 1 |  |
| 20. | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.  Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?» | 1 |  |
| 21. | Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.  Инструктаж по технике безопасности. | 1 |  |
| 22. | Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев». | 1 |  |
| 23. | Игра «Санные поезда». | 1 |  |
| 24. | Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных» | 1 |  |
| 25. | Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки | 1 |  |
| 26. | Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек». | 1 |  |
| 27. | Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд». | 1 |  |
| 28. | Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны». | 1 |  |
| 29. | Эстафеты «Стрекозы», «На новое место». | 1 |  |
| 30. | История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. | 1 |  |
| 31. | Разучивание народных игр. Игра «Бегунок» | 1 |  |
| 32. | Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» | 1 |  |
| 33. | Разучивание народных игр. Игра «Котел» | 1 |  |
| 34. | Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник". | 1 |  |



**Календарно-тематическое планирование**

**программы «Подвижные игры»**

**3 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № П/П | Тема занятия | Кол- во часов | Дата |
| 1. | Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы. | 1 |  |
| 2. | Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок». | 1 |  |
| 3. | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки» | 1 |  |
| 4. | Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки» | 1 |  |
| 5. | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра  «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра  «Много троих, хватит двоих» | 1 |  |
| 6. | Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок. | 1 |  |
| 7. | Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить» | 1 |  |
| 8. | Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра  «Перебрасывание мяча»  Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч». | 1 |  |
| 9. | Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город». | 1 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 10. | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта» | 1 |  |
| 11. | Правила техники безопасности при игре с прыжками.  Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков.  Разучивание считалок. | 1 |  |
| 12. | Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок». | 1 |  |
| 13. | Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки». | 1 |  |
| 14. | Комплекс ОРУ. Игра «Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки». | 1 |  |
| 15. | Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?». | 1 |  |
| 16. | Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность. | 1 |  |
| 17. | Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест». | 1 |  |
| 18. | Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.  Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух» | 1 |  |
| 19. | Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко». | 1 |  |
| 20. | Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест» | 1 |  |
| 21. | Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность. | 1 |  |
| 22. | Игра «Строим крепость». | 1 |  |
| 23. | Игра «Взятие снежного городка». Игра «Меткой стрелок». | 1 |  |
| 24. | Игра «Лепим снеговика». | 1 |  |
| 25. | Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы. | 1 |  |
| 26. | Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка». | 1 |  |
| 27. | Эстафета «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке». | 1 |  |
| 28. | Эстафета «Челночный бег», «По цепочке». | 1 |  |
| 29. | Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в | 1 |  |
|  | колонне», «Поезд». |  |  |
| 30. | Материальная и духовная игровая культура.  Организация и проведение игр на праздниках. | 1 |  |
| 31. | Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди» | 1 |  |
| 32. | Разучивание народных игр. Игра "Горелки"**.** | 1 |  |
| 33. | Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы» | 1 |  |
| 34. | Разучивание народных игр. Игра "Мишени". | 1 |  |



**Календарно-тематическое планирование программы «Подвижные игры»**

# 4 класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № П/П | Тема занятия | Кол- во часов | Дата |
| 1. | Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок. | 1 |  |
| 2. | Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек». | 1 |  |
| 3. | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта | 1 |  |
| 4. | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». | 1 |  |
| 5. | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки». | 1 |  |
| 6. | Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. | 1 |  |
| 7. | Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». | 1 |  |
| 8. | Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». | 1 |  |
| 9. | Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»  Игра «Защищай ворота». | 1 |  |
| 10. | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре». | 1 |  |
| 11. | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. | 1 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок. |  |  |
| 12. | Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде». | 1 |  |
| 13. | Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «белые медведи». | 1 |  |
| 14. | Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка». | 1 |  |
| 15. | Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы». | 1 |  |
| 16. | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр. | 1 |  |
| 17. | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет». | 1 |  |
| 18. | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». | 1 |  |
| 19. | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее». | 1 |  |
| 20. | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». | 1 |  |
| 21. | Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.  Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двушажного хода, поворота в движении и торможение. | 1 |  |
| 22. | Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место». | 1 |  |
| 23. | Игра «Кто дальше» (на лыжах). | 1 |  |
| 24. | Игра «Быстрый лыжник». | 1 |  |
| 25. | Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок. | 1 |  |
| 26. | Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами. | 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. | Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр. | 1 |  |
| 31. | Разучивание народных игр. Игра "Салки". | 1 |  |
| 32. | Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина". | 1 |  |
| 33. | Разучивание народных игр. Игра **"**Коршун". | 1 |  |
| 34. | Разучивание народных игр. Игра "Бабки". | 1 |  |

**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.

**Список литературы:**

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 2021г.
2. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2022 г.
3. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЫАКО, 2021 г
4. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2021 г
5. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2019 г
6. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2022г
7. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры»

Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования

«Визит», 2020г