

Министерство просвещения Российской Федерации
Министерство образования Свердловской области
Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
Свердловской области «Губернаторский лицей»

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГАНОУ СО «Губернаторский лицей»

И.А. Климовских

Приказ № 90/2-од от 26.06.2025

Рабочая программа

Курса внеурочной деятельности

Общая физическая подготовка и спортивные игры: Спортивные игры
для обучающихся 1-4 классов

Составители:

Мозгов Евгений Сергеевич

Первая квалификационная категория

Екатеринбург, 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности в начальной школе в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования. Программа адресована обучающимся 1-4 классы.

Содержание Программы отвечает за организацию внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению. Программа включает в себя задания, упражнения, кнопки игр на коммуникативных, двигательных навыках, развитии физических навыков. Это создает желание общаться с другими людьми, заниматься спортом, интеллектуальными календарными занятиями.

Формирование умений работы в условиях поиска, развития сообразительности, любознательности. В процессе игры дети учатся выполнять текущий алгоритм задания, ситуации в слоте, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем алгоритма выполнения – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму. Игры – это не только мощное средство воспитания, значение их шире – это опорная часть любой национальной культуры.

В Программу включены: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, такие как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они учитывают всестороннее развитие подрастающего поколения, заботятся о

развитии физических и психологических качеств, выработке таких качеств, как быстрота, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Игры и задания могут принимать форму состязаний, обычную между некоторыми командами.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Цели

- формировать культуру здорового образа жизни обучающихся, заинтересованное уважительное отношение к культуре родной страны, - донести до обучающихся национальный колорит обычаяев народов России с помощью игр; - усилить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владельца владеть телом, изменять фигуру, умственные и творческие способности, нравственные качества.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

На изучение курса «Спортивные игры» отводится – 34 часа (1 час в неделю, 34 недели).

Программа разработана для учащихся 1-4 классов.

Время, отведенное на обучение, составляет 34 часа в год, 1 час в неделю;

1 классе- 32 часа;

2 класс- 34 часа;

3 класс - 34 часа;

4 класс- 34 часа.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

- организационная часть,
- новые сообщения знания,
- крепежный материал, подвижная игра,
- групповые и закрытые консультации,
- итоговый контроль.

Итоговое отчетное мероприятие за год – спортивный праздник.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

1 КЛАСС (32 часа)

Игры по легкой атлетике (6ч)

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».

Подвижные игры с мячом. (6 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 прыжковыми упражнениями. (4 часа)

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

Практические занятия:

Комплекс ОРУ «Скаkalочка». 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. (3 часа)

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

Практические занятия:

Игра «Скатывание шаров».

Игра «Гонки снежных комов».

Игра «Клуб ледяных инженеров».

Игра «Мяч из круга».

Игра «Гонка с шайбами».

Игра «Черепахи».

Эстафеты. (4 часа)

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".

2 КЛАСС (34 часа)

Игры по легкой атлетике (6 часов)

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 воробы»

Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флагжкам». Игра «День и ночь».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»

Игра «Пустое место».

Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробыи-попрыгунчики».

Игры с прыжками (4 часа)

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 (6 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при играх с 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 (4 часа)

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 часа)

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".

3 КЛАСС (34 часа)

Игры с бегом (5 часов)

Теория: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»

Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ с 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 (6 часов)

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».

Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»

Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».

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

Зимние забавы (3 часа)

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

Игра «Строим крепость».

Игра «Взятие снежного городка».

Игра «Лепим снеговика».

Игра «Меткой стрелок».

Эстафеты (6 часов)

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

Практические занятия:

Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».

Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров»,

«Дорожки», «Шарик в ложке».

Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя»,

«Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

Народные игры (4 часа)

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

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра "Горелки".

Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»

Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»

Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

4 КЛАСС (34 часа)

Игры с бегом (5 часов)

Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».

Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».

Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки».

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».

Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».

Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».

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 (6 часов)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

Зимние забавы (3 часа)

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

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

Практические занятия:

Игра «Снежком по мячу».

Игра «Пустое место».

Игра «Кто дальше» (на лыжах).

Игра «Быстрый лыжник».

Эстафеты (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.

Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

Эстафеты «Ходьба по начертанной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.

Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».

Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

Народные игры (5 часов)

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".

Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".

Разучивание народных игр. Игра "Коршун".

Разучивание народных игр. Игра "Бабки".

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

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

Приёмы и методы

При реализации программы используются различные методы обучения:

словесные: рассказ, объяснение нового материала;

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками по принципам культуры и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- обеспечение сохранения личности и управления посредством средств защиты в различных (нестандартных) условиях и положениях;
- обеспечение дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказать бескорыстную помощь сверстникам, находить их общий язык и общие интересы

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственные дела, раскладывать нагрузку и отдых в процессе их выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, возможности использования и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, популярность и обосновывать эстетические особенности движений и передвижения человека; оценить красоту тела и осанки, сравнить их с эталонными образцами;
- договариваться о распределении функций и ролей и учиться взаимоконтролю в совместной деятельности;
- техника правильно выполняет двигательные действия в базовых видах спорта, использует ее в спортивной и соревновательной деятельности.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

- Бережно обращайтесь с инвентарем и оборудованием, соблюдайте требования безопасности к оборудованию на месте.
- сотрудничать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- Бережно обращайтесь с инвентарем и оборудованием, соблюдайте требования техники безопасности в месте их размещения.

2 КЛАСС

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить сверстниками подвижные игры и участников соревнований, учитывая их объективное судейство;

Бережно обращайтесь с инвентарем и оборудованием, соблюдайте требования техники безопасности в месте их размещения.

3 КЛАСС

- организовывать и проводить разминки с разной ограниченной направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- Вы выполняете технические действия из базовых видов спорта, применяете их в игровой и соревновательной деятельности.
- на выделение отличительных признаков при выполнении двигательного действия другими учениками, различие отличительных признаков и элементов;

4 КЛАСС

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований,

в доступной описанной форме правил (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.

- на выделение отличительных признаков при выполнении двигательного действия другими учениками, различие отличительных признаков и элементов;
- подавать строительные команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных признаков при выполнении двигательного действия другими учениками, различия отличительных признаков и элементов;
- Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их ограничения;
- организовывать и проводить сверстниками подвижные игры и участников соревнований, изучать их объективное судейство;
- Бережно обращайтесь с инвентарем и оборудованием, соблюдайте требования техники безопасности в месте их размещения.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Колич- ство часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры по легкой атлетике.	6	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, беговые упражнения	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Подвижные игры с мячом.	6	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Упражнения и игры с мячом	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Игра с прыжковыми упражнениями.	4	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Игры малой подвижности.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Упражнения(игры) с инвентарем	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Зимние забавы.	3	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Эстафеты.	4	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Народные игры.	4	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки, упражнения с мячом	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ

32

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Колич- ство часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры по легкой атлетике.	6	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, беговые упражнения	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Подвижные игры с мячом.	6	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Упражнения и игры с мячом	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Игра с прыжковыми упражнениями.	4	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Игры малой подвижности.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Упражнения(игры) с инвентарем	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Зимние забавы.	3	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Эстафеты.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Народные игры.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки, упражнения с мячом	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ

34

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры по легкой атлетике.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, беговые упражнения	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Подвижные игры с мячом.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Упражнения и игры с мячом	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Игра с прыжковыми упражнениями.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Игры малой подвижности.	6	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Упражнения(игры) с инвентарем	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Зимние забавы.	3	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Эстафеты.	6	Техника безопасности	Бег	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

			на занятиях. Правила игр		
7	Народные игры.	4	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки, упражнения с мячом	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры по легкой атлетике.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, беговые упражнения	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Подвижные игры с мячом.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Упражнения и игры с мячом	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Игра с прыжковыми упражнениями.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Игры малой подвижности.	6	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Упражнения(игры) с инвентарем	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Зимние забавы.	3	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Эстафеты.	5	Техника безопасности	Бег	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

			на занятиях. Правила игр		
7	Народные игры.	5	Техника безопасности на занятиях. Правила игр	Бег, прыжки, упражнения с мячом	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Игра «Фигуры».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2	Игра «Волки, зайцы, лисы».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3	Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «У медведя во бору».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4	Игра «Второй лишний».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5	Игра ««Фигуры».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6	Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7	Игра «Мяч по полу».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

8	Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
9	Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10	Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11	Игра «Мяч соседу».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
12	Игра «Подвижная цель».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
13	Игра «Прыгающие воробышки».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
14	Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
15	Игра «Зеркало».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
16	Игра «Выше ножки от земли».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
17	Игра «Альпинисты».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

18	Игра «Красный, зелёный». Игра «Поезд».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
19	Игра «Копна – тропинка – кочки».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
20	Игра «Построение в шеренгу».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
21	Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
22	Игра «Гонки снежных комов».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
23	Игра «Мяч из круга».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
24	Игра «Гонка с шайбами».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
25	Знакомство с правилами проведения эстафет.	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
26	Беговая эстафеты.	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
27	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

28	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
29	Игра "Чехарда".	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
30	Игра «Золотые ворота»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
31	Игра «Чижик»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
32	Игра «Золотые ворота»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		32ч	0	32ч	

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1.	ТБ. Игра «Вороны и воробыи»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2.	Игра «Совушка».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3.	Игра «День и ночь».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4.	Игра «Вызов номеров»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5.	Игра «Два мороза».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6.	Игра «Воробушки».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7.	Игра «Салки на одной ноге	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8.	Игра «Кто выше»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

9.	Игра «Пингвины с мячом».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10.	Игра «Поймай лягушку».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11.	Игра «Свечи».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
12.	Игра «Передал – садись».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
13.	Игра «Охотники и утки».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
14.	Игра «Рак пятится назад».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
15.	Игра «Кто самый меткий».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
16.	Игра «Не упусти мяч»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
17.	Игра «Карлики и великаны».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
18.	Игра «Кошка и мышка».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

19.	Игра «Чемпионы скакалки».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
20.	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
21.	Игра «Лепим сказочных героев».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
22.	Игра «Лепим снежную бабу».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
23.	Игра «Санные поезда».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
24.	Игра «Езда на перекладных»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
25.	Эстафеты «Бег сороконожек».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
26.	Эстафеты «Бег по кочкам»,	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
27.	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

28.	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
29.	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
30.	Игра «Чехорда»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
31.	Игра «Бегунок»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
32.	Игра «Верёвочка»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
33.	Игра «Котел»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
34.	Игра "Дедушка - сапожник".	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34ч	0	34	

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1.	ТБ. Игра «Челнок».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2.	Игра «Змейка».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3.	Игра «Филин и пташки»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4.	Игра «Круговые пятнашки»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5.	Игра «Много троих, хватит двоих»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6.	Игра «Свечи ставить»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7.	Игра «Мячик кверху».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8.	Игра «Летучий мяч».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

9.	Игра «Защищай город».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10.	Игра «Попади в цель».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11.	Игра «Дедушка – рожок».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
12.	Игра «Воробушки и кот».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
13.	Игра «Переселение лягушек».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
14.	Игра «Борьба за прыжки».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
15.	Игра «Кто первый?».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
16.	Игра «Перемена мест».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
17.	Игра «Запрещенное движение».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
18.	Игра « Море волнуется».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

19.	Игра «Колечко».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
20.	Игра «Краски».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
21.	Игра «Перемена мест»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
22.	Игра «Строим крепость».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
23.	Игра «Меткий стрелок».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
24.	Игра «Лепим снеговика».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
25.	Эстафеты «Передал – садись»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
26.	Игра «Скакалка под ногами».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
27.	Эстафета «Вызов номеров».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
28.	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

29.	Эстафета «Ведерко с водой», «Нитки наматывать».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
30.	Эстафета «Кати большой мяч впереди себя».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
31.	Игра «Гуси - лебеди»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
32.	Игра "Горелки".	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
33.	Игра «Мотальщицы»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
34.	Игра "Мишени".	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34 ч	0	34ч	

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1.	ТБ. Игра «Мешочек».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
2.	Игра «Бег командами»	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
3.	Игра «Городок».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
4.	Игра «Ловкие ребята».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
5.	Игра «Пятнашки в кругу».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
6.	Игра «Мяч среднему».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
7.	Игра «Мяч в центре».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
8.	Игра «Мяч – соседу».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

9.	Игра «Отгадай, кто бросил.	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
10.	Игра «Мяч в центре».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
11.	Игра «Зайцы в огороде».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
12.	Игра «Туда- обратно».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
13.	Игра «белые медведи».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
14.	Игра «Карусели».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
15.	Игра «Ловушка».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
16.	Игра «Что изменилось?».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
17.	Игра «Кто дальше бросит?».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
18.	Игра «Точный телеграф».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

19.	Игра «Наблюдатели».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
20.	Игра «Ориентирование без карты».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
21.	Игра «Кто дальше бросит?».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
22.	Игра «Точный телеграф».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
23.	Игра «Наблюдатели».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
24.	Игра «Ориентирование без карты».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
25.	Игра «Кто дальше бросит?».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
26.	Игра «Точный телеграф».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
27.	Игра «Наблюдатели».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
28.	Игра «Ориентирование без карты».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/

29.	Игра «Кто дальше бросит?».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
30.	Игра «Точный телеграф».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
31.	Игра «Наблюдатели».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
32.	Игра «Ориентирование без карты».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
33.	Игра «Кто дальше бросит?».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
34.	Игра «Точный телеграф».	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34ч	0	34ч	

Список литературы

1. Сидоренко, В. И. Спортивные игры: методические рекомендации для учителей физической культуры / В. И. Сидоренко. - Москва: Физкультура и спорт, 2010. - 256 с. Текст: непосредственный.
2. Кузнецов, А. Н. Основы физической культуры: учебное пособие для начальных классов / А. Н. Кузнецов. - Санкт-Петербург: Питер, 2015. - 192 с. Текст: непосредственный.
3. Лебедев, И. П. Спортивные игры в школе: методические указания / И. П. Лебедев. - Екатеринбург: Уральский университет, 2012. - 128 с. Текст: непосредственный.
4. Романов, С. В. Игры на свежем воздухе: пособие для учителей и родителей / С. В. Романов. - Казань: Казанский университет, 2014. - 144 с. Текст: непосредственный.
5. Петрова, Н. А. Физическая культура в начальной школе: программа и методические рекомендации / Н. А. Петрова. - Москва: Просвещение, 2011. - 200 с. Текст: непосредственный.
6. Васильев, Д. А. Спортивные игры для детей: практическое руководство / Д. А. Васильев. - Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2013. - 180 с. Текст: непосредственный.
7. Фролова, О. Н. Развитие двигательных навыков у детей младшего школьного возраста / О. Н. Фролова. - Москва: Академический проект, 2016. - 220 с. Текст: непосредственный.
8. Михайлов, Е. В. Игровая деятельность как средство развития личности ребенка / Е. В. Михайлов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2017. - 150 с. Текст: непосредственный.
9. Громов, В. И. Спортивные игры в образовательном процессе / В. И. Громов, Н. Б. Соловьева. - Москва: Наука, 2015. - 300 с. Текст: непосредственный.

10. Карпова, Л. А. Методика преподавания физической культуры в начальной школе / Л. А. Карпова, И. С. Куликова. - Санкт-Петербург: Лань, 2018. - 240 с. Текст: непосредственный.
11. Соловьев, К. Ю. Игры и упражнения для детей: пособие для педагогов / К. Ю. Соловьев, А. В. Смирнов. - Екатеринбург: Банк знаний, 2019. - 160 с. Текст: непосредственный.
12. Назарова, Т. В. Спортивные игры и их значение в воспитании детей / Т. В. Назарова, О. М. Баранова. - Москва: Высшая школа, 2012. - 210 с. Текст: непосредственный.
13. Ширяев, Р. С. Спортивные игры для детей младшего школьного возраста / Р. С. Ширяев, М. Н. Тихомирова . - Челябинск: Челябинский государственный университет, 2020 . - 175 с . Текст: непосредственный..