МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения Республики Башкортостан

Администрация муниципального района Давлекановский район

Республики Башкортостан

МОБУ СОШ д. Романовка

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Школьным методическим объединением учителей начальных классов	Заместитель директора по УВР	Директор МОБУ СОШ д.Романовка
_____Иксанова Э.Ф.	_____ Солуянова А.С.	_____Глазкова Г.В.
Приказ №1 от «28» августа 2026 г.	Приказ №1 от « 28 » августа 2026 г.	Приказ № 161 от « 28» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Юные спортсмены»

для обучающихся 1– 4 классов

д. Романовка 2026

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Юные спортсмены» для обучающихся 1-4 классов на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения Федеральной образовательной программы основного общего образования (далее ФОП) и Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее — ФГОС НОО), а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в Примерной программе воспитания.

Программа по курсу внеурочной деятельности «Юные спортсмены» включает пояснительную записку, планируемые результаты освоения программы курса, виды деятельности и формы организации занятий, содержание курса, тематическое планирование и учебно- методического обеспечения образовательного процесса.

Пояснительная записка к рабочей программе отражает характеристику курса, общие цели и задачи изучения курса, а также место курса в структуре плана внеурочной деятельности.

Планируемые результаты курса включают личностные, метапредметные и предметные результаты за период обучения (по классам).

В содержании курса представлены: программное содержание по каждому тематическому разделу, формы проведения занятий и основные виды деятельности, которые целесообразно
использовать при изучении той или иной программной темы

В тематическом планировании представлены: количество академических часов, отводимых на освоение каждой темы и возможные ЭОР, которые можно использовать при изучении той или иной темы.

Программа рассчитана на 33 занятия в год для обучающихся 1 классов и 34 часа во 2-4классах по 1 часу в неделю:

Занятия спортивно-оздоровительного направления проводятся во второй половине дня.

Общая характеристика предмета

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе 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, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым
— школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

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

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

Подвижные игры способствуют объединению коллектива, массовому охвату детей физическими упражнениями, являются замечательным средством всестороннего физического развития.

Все игры подобраны с учетом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста.

Цель программы: формирование представлений обучающихся о здоровом образе жизни, развитие физической активности и двигательных навыков.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач:**

- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью

использовать их при организации досуга;

– формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;

– развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные уме- ния, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально- чувствен- ную сферу;

– воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к по- движным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Место курса в учебном плане

Программа рассчитана на 17 занятий в год для обучающихся 1 классов, 17 часов для обучающихся 2 классов и 17 часов для обучающихся 2-3 классов, 34 часа для обучающихся 4 классов. Продолжительность занятий 40 минут.
Занятия спортивно-оздоровительного направления проводятся во второй половине
система оценки достижения планируемых результатов
участия в спортивных соревнованиях: весёлые старты; спортивные эстафеты;
Педагогическое наблюдение.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Программа направлена на достижение следующих результатов:
Личностные результаты:
патриотическое воспитание: ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, заинтересованность в научных знаниях о человеке.
гражданское воспитание: представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, освоение и выполнение физических упражнений, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе, готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков, оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении упражнений, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
ценности научного познания: знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции; познавательные мотивы, направленные на получение знаний, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;
формирование культуры здоровья: осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства, ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом;
экологическое воспитание: экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях, ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей; экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

Метапредметные результаты:
Регулятивные УУД:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия; соб-ственное поведение и поведение партнёра;
- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями еёреализации;

-- конструктивно разрешать конфликты;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для со- здания нового, более совершенного результата;
- осуществлять взаимный контроль.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержаниюкурса, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать своипра-вила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- формулировать собственное мнение и позицию;
- ориентироваться на партнёра, стремиться к сотрудничеству (в командных видах
- игры);задач;
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в

сотрудничестве;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в томчисле в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения;
- учиться выполнять различные роли в группе.

<u>Предметные результаты</u>:

Первостепенным результатом реализации программы является физическая подготов-ленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития навыков,нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выпол- нении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы со- ревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования тех- ники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

1 класс (33 часа)

Игры с бегом. (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».

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 прыжками. (4 часа)

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. (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. (5 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 с бегом (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 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 (4часа)

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 (6часов)

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 начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

Народные игры (5 часов)
Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.
Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Корову доить". Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина". Разучивание народных игр. Игра "Коршун".
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки".

Материально – техническое обеспечение программы: мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.
Методическое обеспечение программы: игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.
Приёмы и методы
При реализации программы используются различные методы обучения:

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

Тематическое планирование 1 класс

№ П/П	Наименование раздела	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	**Игры с бегом**	ТБ. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «У медведя во бору».Игра «Второй лишний». Игра ««Фигуры». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	6	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

2	**Игры с мячом**	Игра «Мяч по полу». Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели». Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей». Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».	6	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
3	**Игры с прыжками**	Игра «Прыгающие воробышки». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля». Игра «Зеркало». Игра «Выше ножки от земли».	4	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
4	**Игры малой подвижности**	Игра «Альпинисты». Игра «Красный, зелёный». Игра «Поезд». Игра «Копна – тропинка – кочки». Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
5	**Зимние забавы**	Игра «Гонки снежных комов». Игра «Мяч из круга». Игра «Гонка с шайбами».	3	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
6	**Эстафеты 4 часа**	Знакомство с правилами проведения эстафет. Беговая эстафеты. Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками) Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	4	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
7	**Русские народные игры**	Игра "Чехарда". Игра «Золотые ворота» Игра «Чижик» Игра «Золотые ворота» Игра "Чехарда".	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
	Итого		33	

2 класс

№ П/П	Наименование раздела	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	**Игра с бегом**	ТБ. Игра «Вороны и воробьи» Игра «Совушка». Игра «День и ночь». Игра «Вызов номеров» Игра «Два мороза». Игра «Воробушки».	6	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

2	**Игры с прыжками**	Игра «Салки на одной ноге Игра «Кто выше» Игра «Пингвины с мячом». Игра «Поймай лягушку».	4	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
3	**Игры с мячом**	Игра «Свечи». Игра «Передал – садись». Игра «Охотники и утки». Игра «Рак пятится назад». Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч»	6	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
4	**Игры малой подвижности**	Игра «Карлики и великаны». Игра «Кошка и мышка». Игра «Чемпионы скакалки». Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»	4	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
5	**Зимние забавы**	Игра «Лепим сказочных героев». Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Санные поезда». Игра «Езда на перекладных»	4	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
6	**Эстафеты**	Эстафеты «Бег сороконожек». Эстафеты «Бег по кочкам», Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд». Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны». Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
7	**Русские народные игры**	Игра «Чехорда» Игра «Бегунок» Игра «Верёвочка» Игра «Котел» Игра "Дедушка - сапожник".	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
	Итого		34	

3 класс

№ П/П	**Наименование раздела**	**Тема занятия**	**Кол-во часов**	**Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**
1	**Игры с бегом**	ТБ. Игра «Челнок». Игра «Змейка». Игра «Филин и пташки» Игра «Круговые пятнашки» Игра «Много троих, хватит двоих»	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

2	**Игры с мячом**	Игра «Свечи ставить» Игра «Мячик кверху». Игра «Летучий мяч». Игра «Защищай город». Игра «Попади в цель».	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
3	**Игры с прыжками**	Игра «Дедушка – рожок». Игра «Воробушки и кот». Игра «Переселение лягушек». Игра «Борьба за прыжки». Игра «Кто первый?».	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
4	**Игры малой подвижности**	Игра «Перемена мест». Игра «Запрещенное движение». Игра « Море волнуется». Игра «Колечко». Игра «Краски». Игра «Перемена мест»	6	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
5	**Зимние забавы**	Игра «Строим крепость». Игра «Меткий стрелок». Игра «Лепим снеговика».	3	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
6	**Эстафеты** **6 часов**	Эстафеты «Передал – садись» Игра «Скакалка под ногами». Эстафета «Вызов номеров». Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».Эстафета «Ведерко с водой», «Нитки наматывать». Эстафета «Кати большой мяч впереди себя».	6	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
7	**Народные игры**	Игра «Гуси - лебеди» Игра "Горелки". Игра «Мотальщицы» Игра "Мишени".	4	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
	Всего		34	

4класс

№ П/П	Наименование раздела	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	**Игры с бегом**	ТБ. Игра «Мешочек». Игра «Бег командами» Игра «Городок». Игра «Ловкие ребята». Игра «Пятнашки в кругу».	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ra.ru/mobile_game
2	**Игры с мячом** **5 часов**	Игра «Мяч среднему». Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч – соседу». Игра «Отгадай, кто бросил. Игра «Мяч в центре».	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
3	**Игры с прыжками**	Игра «Зайцы в огороде». Игра «Туда- обратно». Игра «белые медведи». Игра «Карусели». Игра «Ловушка».	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
4	**Игра малой подвижности 6 часов**	Игра «Что изменилось?». Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Точный телеграф». Игра «Наблюдатели». Игра «Ориентирование без карты». Игра «Пустое место».	6	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
5	**Зимние забавы**	Игра «Снежком по мячу». Игра «Кто дальше» Игра «Быстрый лыжник».	3	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
6	**Эстафета**	«Кто первый?», эстафета парами. Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча. Эстафета с лазанием и перелезанием, Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами». Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
7	**Народные игры**	Игра «Салки с домом» Игра "Салки". Игра "Малечина - колечина". Игра "Коршун". Игра "Бабки".	5	Физкульт.Ура https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
1.	**Всего**		34	

Поурочное планирование 4класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата
1	ТБ. Игра «Мешочек».	1		
2	Игра «Бег командами»	1		
3	Игра «Городок».	1		
4	Игра «Ловкие ребята».	1		
5	Игра «Пятнашки в кругу».	1		
6	Игра «Мяч среднему».	1		
7	Игра «Мяч в центре».	1		
8	Игра «Мяч – соседу».	1		
9	Игра «Отгадай, кто бросил.	1		
10	Игра «Мяч в центре».	1		
11	Игра «Зайцы в огороде».	1		
12	Игра «Туда- обратно».	1		
13	Игра «белые медведи».	1		
14	Игра «Карусели».	1		
15	Игра «Ловушка».	1		
16	Игра «Что изменилось?».	1		
17	Игра «Кто дальше бросит?».	1		
18	Игра «Точный телеграф».	1		
19	Игра «Наблюдатели».	1		
20	Игра «Ориентирование без карты».	1		
21	Игра «Пустое место».	1		
22	Игра «Снежком по мячу».	1		
23	Игра «Кто дальше»	1		
24	Игра «Быстрый лыжник».	1		
25	«Кто первый?», эстафета парами.	1		
26	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча.	1		
27	Эстафета с лазанием и перелезанием,	1		
28	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1		
29	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1		
30	Игра «Салки с домом»	1		
31	Игра "Салки".	1		
32	Игра "Малечина - колечина".	1		
33	Игра "Коршун".	1		
34	Игра "Бабки".	1		

Формы проведения занятий: спортивно - подвижные игры и упражнения

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Методические материалы для ученика: -

Методические материалы для учителя :

- Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр /

А.Левченко, - В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007;

- Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. - М.: Просвещение, 2007 г;
- Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007;
- Методический сборник по подвижным играм для общеобразовательных организа- ций. Министерство просвещения РФ ФГБУ «Федеральный центр организационно – методи- ческого обеспечения физического воспитания» 2023 год.

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети Интернет:

http://school-collection.edu.ru, https://resh.edu.ru/, http//www.multiurok, «ФизкультУра» http://www. izkult-ura.ru/

Спортивный инвентарь:

- мячи разных размеров, кегли, обручи, скакалки, набивные мячи.