

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Республики Татарстан**

**Управление образования исполнительного комитета  
Кукморского муниципального района Республики Татарстан**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Гимназия с.  
Большой Сардек имени К.Ф. Шакирова"  
Кукморского муниципального района Республики Татарстан**

РАССМОТРЕНА

Руководитель МО



Ахметова Г.З.

Протокол № 1  
от «25» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по  
УР



Мубаракова Р.Р.  
от «26» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор гимназии



Багавиев Р.З.

Приказ № 153/о  
от «28» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
спецкурса «Здоровейка»**

для обучающихся 4 классов

Составители: Абдуллина Р.Г.  
Ахметова Г.З.  
Галимзянова Ф.Ф.  
Зарипов И. Н.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по спецкурсу на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа «Здоровейка» имеет **физкультурно-оздоровительную направленность.**

**Актуальность программы** в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

**Новизна данной программы** заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия русского народа.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

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

**Цель** данной программы – укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, здоровьесбережению, освоение культурного наследия русского народа, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

### **Основные задачи:**

#### Образовательные:

- формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- формирование интереса к народному творчеству.
- расширение кругозора младших школьников.

#### Развивающие:

- развитие познавательного интереса к русским народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

#### Воспитательные:

- воспитание чувства коллективизма;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Программа рассчитана на 34 ч., 1 ч. в неделю. Занятия по данной программе проводятся в форме урока, в системе целого учебного дня.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 4 КЛАСС

#### I. Игры с бегом (4 часа).

*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 «Воробушки и кот». Игра «Пятнашки маршем».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». «Скороходы и бегуны».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки». Игра «Игра «Без пары».

#### II. Игры с мячом (7 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». Игра "Головой, ногой через сетку".
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». Игра "Головой, ногой через сетку".
- 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».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану",  
"Пионербол". Игра "Головой, ногой через сетку".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо",  
"Пионербол".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо",  
"Пионербол".

#### III. Игры с прыжками (4 часа).

*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».

#### **IV. Игра малой подвижности (3 часа).**

*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». Игра "Городки".
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». Игра «Невидимки».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». Игра «Наблюдатели». Игра "Городки".

#### **V. Зимние забавы (5 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».

#### **VI. Народные игры (6 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**".
- Игра "**Русская лапта**".

## **VII. 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).

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы спецкурса на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения спецкурса на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения спецкурса на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **4 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **4 КЛАСС**

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по спецкурсу:

- освоить в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;



- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать умения играть и проводить подвижные игры;
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практичес кие работы	
<b>Раздел 1. Игры с бегом</b>					
1.1	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.	1			<a href="https://yrok.pf/presentation/31050.html?ysclid=lnaem5etok287237960">https://yrok.pf/presentation/31050.html?ysclid=lnaem5etok287237960</a>
1.2	Игры с бегом	3		2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0</a>
Итого по разделу		4			
<b>Раздел 2. Игры с мячом</b>					
2.1	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4631/conspect/225083/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4631/conspect/225083/</a>
2.2	Игры с мячом	6		4	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0</a>
Итого по разделу		7			
<b>Раздел 3. Игры с прыжками</b>					

3.1	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Виды прыжков. Разучивание считалок.	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/conspect/195096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/conspect/195096/</a>
3.2	Игры с прыжками	3		2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0</a>
Итого по разделу		4			
<b>Раздел 4. Игра малой подвижности</b>					
4.1	Правила техники безопасности. Профилактика детского травматизма. Знакомство с играми на внимательность.	1			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/conspect/194631/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/conspect/194631/</a>
4.2	Игра малой подвижности	2		2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 5. Зимние забавы</b>					
5.1	Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.	1			<a href="https://ypok.pф/library/buklet_bezopasnost_detej_v_zimnij_period_152556">https://ypok.pф/library/buklet_bezopasnost_detej_v_zimnij_period_152556</a>
5.2	Зимние забавы	4		3	<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/01/29/bystryy-lyzhnik-i-zimnie-veselye-starty">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/01/29/bystryy-lyzhnik-i-zimnie-veselye-starty</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Итого по разделу		5			
<b>Раздел 6. Народные игры</b>					

6.1	Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.	1			<a href="https://ypok.pф/library/metodicheskie_rekomendacii_po_provedeniyu_igr_narodn_131643.html?ysclid=lnagbap4gh650166015">https://ypok.pф/library/metodicheskie_rekomendacii_po_provedeniyu_igr_narodn_131643.html?ysclid=lnagbap4gh650166015</a>
6.2	Народные игры	5		3	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/shkola/materialy-k-attestatsii/library/2019/10/15/kartoteka-narodnyh-kalendarnyh-igr">https://nsportal.ru/shkola/materialy-k-attestatsii/library/2019/10/15/kartoteka-narodnyh-kalendarnyh-igr</a>
Итого по разделу		6			
<b>Раздел 7. Эстафеты</b>					
7.1	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.	1			<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/03/18/instruktsiya-dlya-uchashchikhsya-pomeram-bezopasnosti">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/03/18/instruktsiya-dlya-uchashchikhsya-pomeram-bezopasnosti</a>
7.2	Эстафеты	3		2	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyiy-obraz-zhizni/2020/08/26/razvlechenie-v-gosti-k-skakalke-myachu-i-obruchu-dlya">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyiy-obraz-zhizni/2020/08/26/razvlechenie-v-gosti-k-skakalke-myachu-i-obruchu-dlya</a> <a href="https://ped-kopilka.ru/igry-konkursy-razvlechenija/igry-yestafety-dlja-mladshih-shkolnikov.html">https://ped-kopilka.ru/igry-konkursy-razvlechenija/igry-yestafety-dlja-mladshih-shkolnikov.html</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
7.3	Зачет	1	1		
Итого по разделу		5	1		
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	1	18	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 4 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практичес- кие работы		
1	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок. Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	1			06.09.2023	<a href="https://yrok.pф/presentation/31050.html?ysclid=lnaem5etok287237960">https://yrok.pф/presentation/31050.html?ysclid=lnaem5etok287237960</a>
2	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Воробушки и кот». Игра «Пятнашки маршем».	1		1	13.09.2023	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0</a>
3	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». «Скороходы и бегуны».	1			20.09.2023	
4	Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки». Игра «Игра «Без пары».	1		1	27.09.2023	

5	<p>Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.</p> <p>Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». Игра "Головой, ногой через сетку".</p>	1			04.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4631/conspect/225083/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4631/conspect/225083/</a>
6	<p>Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». Игра "Головой, ногой через сетку".</p>	1		1	11.10.2023	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0</a>
7	<p>Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»</p> <p>Игра «Защищай ворота».</p>	1		1	18.10.2023	
8	<p>Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель».</p> <p>Игра «Обгони мяч».</p> <p>Игра «Мяч в центре».</p>	1			25.10.2023	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0</a>
9	<p>Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".</p> <p>Игра "Головой, ногой через сетку".</p>	1		1	08.11.2023	

10	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".	1			15.11.2023	
11	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".	1		1	22.11.2023	
12	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Виды прыжков. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ. Игра «Туда-обратно». Игра «Зайцы в огороде».	1			29.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/conspect/195096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/conspect/195096/</a>
13	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «белые медведи».	1		1	06.12.2023	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0</a>
14	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	1			13.12.2023	
15	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	1		1	20.12.2023	
16	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание рифм для проведения игр.	1			27.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/conspect/194631/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/conspect/194631/</a>

	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет». Игра "Городки".					
17	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». Игра «Невидимки».	1		1	10.01.2024	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/01/23/kartoteka-podvizhnyh-igr-0</a>
18	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». Игра «Наблюдатели». Игра "Городки".	1		1	17.01.2024	
19	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение. Игра «Снежком по мячу».	1			24.01.2024	<a href="https://ypok.pф/library/buklet_bezопасnost_detej_v_zimnij_period_152556">https://ypok.pф/library/buklet_bezопасnost_detej_v_zimnij_period_152556</a>
20	Игра «Пустое место».	1		1	31.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/conspect/192642/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/conspect/192642/</a>
21	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	1			07.02.2024	



22	Игра «Быстрый лыжник».	1		1	14.02.2024	<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/01/29/bystryy-lyzhnik-i-zimnie-veselye-starty">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/01/29/bystryy-lyzhnik-i-zimnie-veselye-starty</a>
23	Игра «Быстрый лыжник».	1		1	21.02.2024	
24	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.  Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".	1			28.02.2024	<a href="https://ypok.pф/library/metodicheskie_rekomentacii_po_provedeniyu_igr_narodn_131643.html?ysclid=lnagbap4gh650166015">https://ypok.pф/library/metodicheskie_rekomentacii_po_provedeniyu_igr_narodn_131643.html?ysclid=lnagbap4gh650166015</a>
25	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	1		1	06.03.2024	<a href="https://nsportal.ru/shkola/materialy-k-attestatsii/library/2019/10/15/kartoteka-narodnyh-kalendarnyh-igr">https://nsportal.ru/shkola/materialy-k-attestatsii/library/2019/10/15/kartoteka-narodnyh-kalendarnyh-igr</a>
26	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	1			13.03.2024	<a href="https://nsportal.ru/shkola/materialy-k-attestatsii/library/2019/10/15/kartoteka-narodnyh-kalendarnyh-igr">https://nsportal.ru/shkola/materialy-k-attestatsii/library/2019/10/15/kartoteka-narodnyh-kalendarnyh-igr</a>
27	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	1		1	20.03.2024	
28	Игра "Русская лапта".	1			03.04.2024	
29	Игра "Русская лапта".	1		1	10.04.2024	
30	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.	1			17.04.2024	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/03/18/instruktsiya-dlya-uchashchikhsya-po-meram-bezopasnosti">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/03/18/instruktsiya-dlya-uchashchikhsya-po-meram-bezopasnosti</a>

	Способы деления на команды. Повторение считалок. Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.					
31	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	1		1	24.04.2024	<a href="https://ped-kopilka.ru/igry-konkursy-razvlechenija/igry-yestafety-dlja-mladshih-shkolnikov.html">https://ped-kopilka.ru/igry-konkursy-razvlechenija/igry-yestafety-dlja-mladshih-shkolnikov.html</a>
32	Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1		1	08.05.2024	
33	Зачёт	1	1		15.05.2024	
34	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	1			22.05.2024	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/08/26/razvlechenie-v-gosti-k-skakalke-myachu-i-obruchu-dlya">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/08/26/razvlechenie-v-gosti-k-skakalke-myachu-i-obruchu-dlya</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	18		

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. Гришин В. Г. Игры с мячом и ракеткой.
2. Вавилова Е. Н. Бегай, прыгай, метай.
3. Физическая культура: 4-й класс: учебник, 4 класс/ Матвеев А.П.,

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако»
2. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение»

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

<http://school-collection.edu/>

<https://resh.edu.ru/>

<https://урок.рф/>

<https://ped-kopilka.ru>

Сайт интернет-проекта «Копилка урков» <http://nsportal.ru>



