

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 13 г. Лениногорска»  
муниципального образования «Лениногорский муниципальный район» Республики Татарстан

<p>«Рассмотрено» Протокол № 1 заседания методического объединения учителей начальных классов МБОУ «СОШ №13 г. Лениногорска» от 18 августа 2025 года</p> <p> / <u>Аблиева В. М.</u> подпись руководителя МО Ф.И.О.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР МБОУ «СОШ №13 г. Лениногорска»</p> <p> / <u>Шайдуллина Р.Г.</u> подпись Ф.И.О.</p> <p>«27» августа 2025 г.</p>	<p>«Утверждено» Приказом №108 – ОД от 28.08.2025 г. «О внесении изменений в основную образовательную программу начального и основного общего образования»</p>
--	--	---

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Мир подвижных игр» основного общего образования для 2-3 классов;

Период освоения рабочей программы: 2 года;

Авторы - составители:

- учитель начальных классов I квалификационной категории Киямова С.Н.;
- учитель начальных классов I квалификационной категории Аблиева В. М.;

## I. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Мир подвижных игр» на уровне начального общего образования подготовлена на основе Требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, учитывает целевые ориентиры Примерной программы воспитания, а также структуру и содержание Единой рамки компетенций по организации подвижной деятельности.

Приобретаемые на уроках физической культуры знания умения и навыки должны в последующем закрепляться в системе самостоятельных форм физических упражнений: утренней зарядке, гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх во время перемен и во время прогулок, дополнительных занятий во внеурочное время.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

**Направленность (профиль) программы:** Учебная деятельность по спортивно-оздоровительному направлению увеличивает пространство, в котором школьники могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества. Программа «Мир подвижных игр» формирует общеучебные умения и навыки у учащихся. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, игры имеют огромное значение для духовно-нравственного воспитания так, как знакомят с определенными правилами, и учат в жизни следовать определенным правилам. Таким образом, программа направлена на укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовленности, духовное совершенствование личности учащегося начальной школы и расширение его коммуникативных навыков.

**Актуальность программы** заключается в восполнении недостатка двигательной активности у детей в связи с высокой учебной нагрузкой.

**Отличительной особенностью** данной программы в сравнении с близкими по тематике программами заключается в широком применении игровых технологий при воспитании разносторонне развитой личности.

### Цели изучения учебного курса

**Целью** рабочей программы является совершенствование двигательных умений и навыков младших школьников посредством подвижных и спортивных игр.

Задачи:

#### **обучающие:**

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- познакомить с играми различной направленности;
- обучить правилам различных подвижных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

#### **Развивающие:**

- вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение;
- проявлять инициативу;
- развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость;
- увеличивать функциональные возможности организма.

#### **Воспитывающие:**

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- прививать учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитывать культуру общения со сверстниками и формировать навыки сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника.

Теоретический материал программы предлагается в форме бесед до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности, в ходе которой дети узнают много интересного об истории происхождения и развития различных игровых видов деятельности; знакомятся с правилами игры, правилами общения, правилами безопасного поведения на занятиях и во время самостоятельно организованных игр.

В практическую часть программы помимо игр, входят комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов. Комплексы регулярно обновляются.

При проведении занятий учитываются индивидуальные особенности обучающихся, уровень их физической подготовленности и состояние здоровья.

#### **Условия реализации программы:**

Программа по спортивным и подвижным играм, предусматривает проведение теоретических и практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в эстафетах, соревнованиях по спортивным играм (баскетбол, волейбол, футбол).

Содержание программы структурировано по видам спортивной подготовки: теоретической, физической, технической, тактической и контрольные тесты.

Основные формы занятий - учебно-тренировочные, игровые.

Формы организации обучения: командная, малыми группами, индивидуальная.

Методы и приемы проведения занятий: беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

В раздел практической работы входит и самостоятельная работа учащихся, как на занятии, так и в виде задания на дом.

Длительность учебного часа для воспитанников – 40 минут. Форма организации деятельности учащихся: групповая. Форма обучения - очная.

В ходе реализации программы используется групповая и индивидуальная работа. Программа предназначена для детей 9-10 лет. В спортивную секцию принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Численный состав учащихся в объединении может быть увеличен при включении в него учащихся с ограниченными возможностями здоровья. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Количество часов в год - 34.

### Место учебного курса в учебном плане

Срок освоения рабочей программы: 2 года Количество часов в учебном плане на изучение предмета (2-3 класс – 34 учебные недели)

### Место учебного курса в учебном плане

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в год
2 класс	1	34
3 класс	1	34
Всего		68

## II. Содержание учебного курса «Мир подвижных игр»

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

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

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

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

**«Эстафеты».** Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности. Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

### 2класс (34 занятий)

#### Игры с бегом ( 5часов)

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

*Практические занятия:*

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

### **Игры с прыжками (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

### **Игры с мячом (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

### **Игры малой подвижности (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

### **Зимние забавы (4 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

### **Эстафеты (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».

- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

### **Народные игры (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

## **3 класс (34 занятий)**

### **Игры с бегом (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

### **Игры с мячом (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

### **Игры с прыжками (5 часов)**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

### **Игры малой подвижности (5 часов)**

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

*Практические занятия*

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

- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

#### **Зимние забавы (4 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

#### **Эстафеты (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

#### **Народные игры (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени"

### **III. Планируемые образовательные результаты учебного курса «Мир подвижных игр»**

**Личностными результатами** программы учебного курса «Мир подвижных игр» является формирование следующих умений:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

#### **Метапредметные результаты**

##### **Регулятивные УУД:**

- *Определять и формулировать* цель деятельности на уроке с помощью учителя.

- **Характеризовать** явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
  - **Находить ошибки** при проведении игр, отбирать способы их исправления.
  - **Обеспечивать** защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игровой деятельности.
  - **Организовывать** самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр.
  - **Планировать и распределять** нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности
- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на занятии.
  - Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

#### Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.
- Технически правильно **выполнять** двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.
- Умения **организовывать** собственную **деятельность**, выбирать и использовать средства для достижения ее цели.

#### Коммуникативные УУД:

- **Умение общаться и взаимодействовать** со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.
- **Управлять эмоциями** при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в больших и малых группах.
- Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
- Умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Предметными результатами** освоения учащимися программы являются следующие умения

- планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг.
  - излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью.
  - представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство.
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр.
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью.
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время игр.
- 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.
- подавать команды, вести подсчет при организации и проведении игр.
- применять в игровой деятельности технические действия из базовых видов спорта.

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия.
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы «Мир подвижных игр» будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

В ходе реализации программы учебному курсу «Мир подвижных игр» обучающиеся должны **знать:**

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния внешних факторов на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- общепринятые правила в игре, в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**уметь:**

- организовывать себя во время игры;
- соблюдать правила игры;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ;
- определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;

- применять коммуникативные навыки;
- использовать полученные на занятиях навыки в быту;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, ушибах, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- находить выход из сложившейся ситуации;
- принимать разумные решения во время игры;
- адекватно оценивать себя;
- выбирать правильные решения для блага команды;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою позицию в ситуации выбора.

#### IV. Тематическое планирование учебного курса «Мир подвижных игр»

##### 2 КЛАСС (34 ЧАСА)

Раздел (тема), кол-во часов	Основное содержание	Номер и тема урока	Методы и формы организации обучения. Основные виды деятельности обучающихся	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Игры с бегом (5 часов)	Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.	1) <i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега 2-5) <i>Практические занятия:</i> - 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	Словесные и наглядные методы при изложении материала  Подвижные игры	<a href="https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/">https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/</a>  <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry</a>

		<p>одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо» - Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьиопрыгунчики».</p>		
<p><b>Игры с прыжками (5 часов)</b></p>	<p>Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.</p>	<p>б) <i>Теория.</i> Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой <i>7- 10) Практические занятия:</i> - 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»</p>	<p>Словесные и наглядные методы при изложении материала</p> <p>Подвижные игры</p>	<p><a href="https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/">https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/</a></p> <p><a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry</a></p>
<p><b>Игры с мячом (5 часов)</b></p>	<p>Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру</p>	<p><i>11)Теория.</i> Правила безопасного поведения при с играх мячом. <i>12-15) Практические занятия:</i> - Совершенствование</p>	<p>Словесные и наглядные методы при изложении материала</p>	<p><a href="https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/">https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/</a></p>

	поведения, творческий подход к игре.	<p>координации движений. Игра « Передал – садись».</p> <p>Игра «Свечи».</p> <p>- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча</p> <p>Игра «Охотники и утки».</p> <p>Игра «Сбей мяч»</p> <p>- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса.</p> <p>Игра «Рак пятится назад».</p> <p>Игра «Скорый поезд».</p> <p>- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.</p> <p>Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».</p>	Подвижные игры	<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry</a>
<b>Игры малой подвижности (5 часов)</b>	<p>Совершенствование координации движений.</p> <p>Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе.</p> <p>Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.</p>	<p>16) <i>Теория.</i> Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.</p> <p>17-20) <i>Практические занятия:</i></p> <p>- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина».</p> <p>Игра «Змейка».</p> <p>Игра «Карлики и великаны».</p> <p>- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».</p> <p>- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».</p>	<p>Словесные и наглядные методы при изложении материала</p> <p>Подвижные игры</p>	<p><a href="https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/">https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/</a></p> <p><a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry</a></p>

		<p>- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»</p>		
<p><b>Зимние забавы (4 часов)</b></p>	<p>Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.</p>	<p>21) <i>Теория.</i> Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности. 22--24) <i>Практические занятия:</i> - Игра «Лепим снежную бабу». - Игра «Лепим сказочных героев». - Игра «Санные поезда». - Игра «На одной лыже». - Игра «Езда на перекладных»</p>	<p>Словесные и наглядные методы при изложении материала</p> <p>Подвижные игры зимой</p>	<p><a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2022/01/24/kartoteka-zimnie-podvizhnye-i-narodnye-igry-na-ulitse">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2022/01/24/kartoteka-zimnie-podvizhnye-i-narodnye-igry-na-ulitse</a></p>
<p><b>Эстафеты (5 часов)</b></p>	<p>Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.</p>	<p>25) <i>Теория.</i> Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки 26-29) <i>Практические занятия:</i> - Веселые старты - Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек». - Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд». - Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».</p>	<p>Эстафеты</p>	<p><a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/02/estafety">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/02/estafety</a></p>

		- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».		
<b>Народные игры (5 часов)</b>	Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.	30) <i>Теория.</i> История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. 31-32) <i>Практические занятия:</i> - Разучивание народных игр. Игра «Бегунок» - Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» - Разучивание народных игр. Игра «Котел» - Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник"	Народные игры	<a href="https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2014/05/24/sbornik-igry-narodov-rossii">https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2014/05/24/sbornik-igry-narodov-rossii</a>

### 3 КЛАСС (34 часа)

<b>Раздел (тема), кол-во часов</b>	<b>Основное содержание</b>	<b>Номер и тема урока</b>	<b>Методы и формы организации обучения. Основные виды деятельности обучающихся</b>	<b>Электронные (цифровые) образовательные ресурсы</b>
<b>Игры с бегом (5 часов)</b>	Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.	1) <i>Теория:</i> Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы. 2-5) <i>Практические занятия:</i> - Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок». - Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра	Словесные и наглядные методы при изложении материала  Подвижные игры	<a href="https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/">https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/</a>  <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry</a>

		<p>«Филин и пташки» - Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки» - Комплекс ОУР в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»</p>		
<b>Игры с мячом (5 часов)</b>	<p>Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.</p>	<p>б) <i>Теория.</i> Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок. 7-10) <i>Практические занятия:</i> - Комплекс ОУР с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить» - Комплекс ОУР с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч». - Комплекс ОУР с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город». - Комплекс ОУР с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»</p>	<p>Словесные и наглядные методы при изложении материала</p> <p>Подвижные игры</p>	<p><a href="https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/">https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/</a></p> <p><a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry</a></p>
<b>Игры с прыжками (5 часов)</b>	<p>Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции,</p>	<p>11) <i>Теория.</i> Правила техники безопасности при игре с прыжками.</p>	<p>Словесные и наглядные методы при изложении материала</p>	<p><a href="https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/">https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/</a></p>

	<p>сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.</p>	<p>Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.  <i>12-15) Практические занятия:</i>  - 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?».</p>	<p>Подвижные игры</p>	<p><a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry">igry-v-zhizni-detey/</a>   <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry</a></p>
<p><b>Игры малой подвижности (5 часов)</b></p>	<p>Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.</p>	<p><i>16) Теория.</i> Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.  <i>17-20) Практические занятия</i>  - 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».</p>	<p>Словесные и наглядные методы при изложении материала</p> <p>Подвижные игры</p>	<p><a href="https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/">https://cgon.rospotrebnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/</a>   <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry</a></p>

		- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»		
<b>Зимние забавы (4 часов)</b>	Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.	21) <i>Теория</i> . Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании. 22-24) <i>Практические занятия</i> : - Игра «Строим крепость». - Игра «Взятие снежного городка». - Игра «Лепим снеговика». - Игра «Меткой стрелок».	Словесные и наглядные методы при изложении материала  Подвижные игры зимой	<a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2022/01/24/kartoteka-zimnie-podvizhnye-i-narodnye-igry-na-ulitse">https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2022/01/24/kartoteka-zimnie-podvizhnye-i-narodnye-igry-na-ulitse</a>
<b>Эстафеты (5 часов)</b>	Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.	25) <i>Теория</i> . Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы. 26-29) <i>Практические занятия</i> : - 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».	Эстафеты	<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/02/estafety">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/02/estafety</a>
<b>Народные игры (5 часов)</b>	Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в	30) <i>Теория</i> . Материальная и духовная игровая культура.	Народные игры	<a href="https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2014/05/24/sborn">https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2014/05/24/sborn</a>

часов)	России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.	Организация и проведение игр на праздниках. <i>31-34) Практические занятия:</i> - Разучивание народных игр. Игра "Горелки". - Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди» - Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы» - Разучивание народных игр. Игра "Мишени"		<a href="http://ik-igry-narodov-rossii">ik-igry-narodov-rossii</a>
--------	--	---	--	--

#### V. Список используемой литературы и Интернет ресурсов

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 2021г.
2. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2022 г.
3. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2021 г
4. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2021 г
5. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2019 г
6. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2022г
7. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А. «Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 2020г

Интернет - ресурсы

<https://www.livelib.ru/book/1000341162-igry-na-otkrytom-vozdruhe-dmitriev-v>

[https://rusneb.ru/catalog/000199\\_000009\\_002995865/](https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_002995865/)

<https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2014/05/24/sbornik-igry-narodov-rossii>

<https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/02/estafety>

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2022/01/24/kartoteka-zimnie-podvizhnye-i-narodnye-igry-na-ulitse>

<https://cgon.rosпотреbnadzor.ru/naseleniyu/zdorovyy-obraz-zhizni/podvizhnye-igry-v-zhizni-detey/>

<https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2023/01/31/sbornik-podvizhnye-igry>