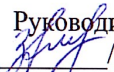
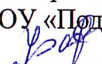


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Подлесная основная общеобразовательная школа» муниципального образования
«Лениногорский муниципальный район» РТ

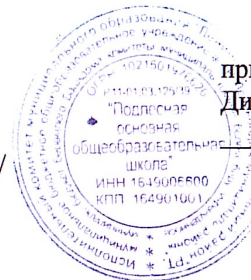
РАССМОТРЕНО


Руководитель ШМО
 /К.Ю.Звягинцева/
Протокол заседания МО
учителей № 1
от «28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель
директора по УВР
МБОУ «Подлесная ООШ»
 / Г.Р. Фаррахова /
«31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО



приказом № 66 от «31» августа 2023 г.
Директор МБОУ «Подлесная ООШ»
 / О.В. Афанасьева /

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного курса внеурочной деятельности
«Движение - жизнь!»

1-4 класс

Звягинцева К.Ю., учитель начальных классов
Кужелева Д.Л., учитель начальных классов
Кирдина В.В., учитель начальных классов
Князькина Т.И., учитель начальных классов

2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Движение есть жизнь» реализует спортивно- оздоровительное направление во внеурочной деятельности начальной школы в соответствии с ФГОС НОО.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Цели программы:

- ✓ создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха;
- ✓ приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- ✓ обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- ✓ познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- ✓ воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, чтобы противостоять болезням;
- ✓ воспитывать культуру игрового общения;
- ✓ учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- ✓ создавать условия для проявления чувства коллективизма.

Формы организации занятий:

- ✓ Физкультурно-оздоровительная;
- ✓ Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.

Вид деятельности: познавательная.

Воспитательный потенциал учебного курса **реализуется через:**

- Гражданско-патриотическое воспитание: знающий и любящий свою малую родину, свой край, имеющий представление о Родине – России, её территории, расположении; сознающий принадлежность к своему народу и к общности граждан России, проявляющий уважение к своему и другим народам; понимающий свою сопричастность к прошлому, настоящему и будущему родного края, своей Родины – России,

Российского государства; понимающий значение гражданских символов (государственная символика России, своего региона), праздников, мест почитания героев и защитников Отечества, проявляющий к ним уважение; имеющий первоначальные представления о правах и ответственности человека в обществе, гражданских правах и обязанностях; принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в доступной по возрасту социально значимой деятельности;

- Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия: бережно относящийся к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде; владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе; ориентированный на физическое развитие с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом; сознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

1 класс

Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальшебросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Зимние забавы

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Куропатки и охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище», «Волки оленя», «Тройной прыжок», «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».

Соревнования

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты.

Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

2 класса

Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками.

Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Зимние забавы

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки – мышки».

Хантыйские народные игры:

«Куропатки и охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище», «Волк и олени», «Тройной прыжок», «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».

Соревнования

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты.

Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

3 класса

Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место»; «Белые медведи»;

«Космонавты»; «Невод»; «Третий лишний»; «Перемена мест»; «Третий лишний»; «Вызов номеров»; «Салки с ленточками»; «Заяц без места»; «Кто обгонит»; Эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам». «Волк во рву».

«Удочка» «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Зимние забавы

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле»,

«Гонки снежных комков». Эстафеты.

Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки»,

«Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки». Хантыйские народные игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок», «Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

Соревнования

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель. Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», " «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», эстафеты с мячом.

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

4 класса

Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», «Невод», «Третий лишний», «Перемена мест», «Третий лишний», «Вызов номеров», «Салки с ленточками», «Заяц без места», «Кто обгонит», эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка», «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Зимние забавы

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки»,

«Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки». Хантыйские народные игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок», «Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

Соревнования

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», Эстафеты с мячом.

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Личностные результаты

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

✓ проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;

- ✓ проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- ✓ оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
- ✓ понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;

Метапредметные результаты

Регулятивные

- ✓ уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- ✓ оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- ✓ конструктивно разрешать конфликты.

Познавательные

- ✓ осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- ✓ преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- ✓ устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные

- ✓ общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- ✓ умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- ✓ умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- ✓ готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- ✓ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы
1.	Подвижные игры «Совушка», «Кто скорее соберется».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
2.	Подвижные игры «Салки», «Лягушка и цапля».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
3.	Подвижные игры «Гуси- лебеди», «Перемена мест».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/

4.	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
5.	Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
6.	Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
7.	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
8.	Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
9.	Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки».	1	http://spo.1september.ru/ / http://zdd.1september.ru/
10.	Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор».	1	http://spo.1september.ru/ / http://zdd.1september.ru/
11.	Подвижная игра «Кошки- мышки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
12.	Эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
13.	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
14.	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
15.	Подвижные игры «Не пропусти щайбу», Метко в цель».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
16.	Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
17.	Подвижные игры «Гонки снежных комков», эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
18.	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
19.	Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
20.	Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
21.	Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/

22.	Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище»	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
23.	Подвижные игры «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
24.	Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
25.	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
26.	Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
27.	Удар по неподвижному и катящемуся мячу.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
28.	Ведение и остановка мяча.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
29.	Эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
30.	Соревнование по подвижной игре «Снайпер».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
31.	Эстафеты с мячами.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
32.	Встречные эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
33.	Комбинированные эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/

2 класс

№	Наименование раздела, темы	Кол-вочасов	Электронные образовательные ресурсы
1.	Подвижная игра «Кто дальше бросит»	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
2.	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/

3.	Подвижные игры «Лиса и куры», Прыжки по полосам».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
4.	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
5.	Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
6.	Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
7.	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
8.	Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
9.	Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
10.	Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
11.	Подвижная игра «Кошки-мышки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
12.	Эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
13.	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
14.	Подвижная игра «С кочки на кочку», эстафеты с прыжками.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
15.	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
16.	Подвижные игры «Не пропусти щайбу», Метко в цель».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
17.	Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
18.	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/

19.	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
20.	Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
21.	Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
22.	Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
23.	Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
24.	Подвижные игры «Перетягивание палкиТалтыюх», «Стрелок».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
25.	Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
26.	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
27.	Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
28.	Удар по неподвижному и катящемуся мячу.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
29.	Ведение и остановка мяча.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
30.	Подвижная игра «У когоменьше мячей».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
31.	Соревнование по подвижной игре «Снайпер».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
32.	Эстафеты с мячами.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
33.	Встречные эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
34.	Комбинированные эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/

3 класс

№	Наименование раздела, темы	Кол-вочасов	Электронные образовательные ресурсы
1.	Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
2.	Подвижные игры «Космонавты», «Невод».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
3.	Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
4.	Подвижная игра «Вызов номеров».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
5.	Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
6.	Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
7.	Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
8.	Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
9.	Эстафеты с прыжками.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
10.	Подвижная игра «Кто дальшебросит».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
11.	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
12.	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
13.	Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
14.	Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
15.	Подвижные игры «Гонки снежных комков», эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/

16.	Подвижные игры «Колечко», «Ручеек».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
17.	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
18.	Подвижные игры «Чехарда» «Кошки - мышки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
19.	Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
20.	Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
21.	Подвижные игры «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки»	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
22.	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
23.	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
24.	Броски в цель.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
25.	Подбрасывание и подача мяча	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
26.	Прием и передача мяча в волейболе.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
27.	Удары и остановка мяча ногой.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
28.	Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
29.	Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
30.	Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
31.	Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
32.	Соревнование по дартсу.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/

33.	Соревнование по подвижной игре «Пионербол».	1	http://spo.1september.ru/http://zdd.1september.ru/
34.	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафетымячом.	1	http://spo.1september.ru/http://zdd.1september.ru/

4 класс

№	Наименование раздела, темы	Кол-вочасов	Электронные образовательные ресурсы
1.	Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
2.	Подвижные игры «Космонавты», «Невод».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
3.	Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
4.	Подвижная игра «Вызов номеров».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
5.	Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
6.	Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
7.	Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
8.	Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
9.	Эстафеты с прыжками.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
10	Подвижная игра «Кто дальше бросит».	1	http://spo.1september.ru/http://zdd.1september.ru/
11	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
12.	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/

13.	Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
14.	Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
15.	Подвижные игры «Гонки снежных комков», эстафеты.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
16.	Подвижные игры «Колечко», «Ручеек».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
17.	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
18.	Подвижные игры «Чехарда» «Кошки - мышки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
19.	Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
20.	Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз».		http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
21.	Подвижные игры «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки»		http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
22.	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.		http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
23.	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
24.	Броски в цель.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
25.	Подбрасывание и подача мяча	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
26.	Прием и передача мяча в волейболе.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
27.	Удары и остановка мяча ногой.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
28.	Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
29.	Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/

30.	Подвижные игры « Овладей мячом» «Подвижная цель».	1	http://spo.1september.ru/http://zdd.1september.ru/
31.	Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки».	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
32.	Соревнование по дартсу.	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/
33.	Соревнование по подвижной игре «Пионербол».	1	http://spo.1september.ru/http://zdd.1september.ru/
34.	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафетным мячом.	1	http://spo.1september.ru/http://zdd.1september.ru/

Формы организации: соревнования, весёлые старты; спортивные эстафеты; фестиваль игр.

ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ

Промежуточная аттестация проводится однократно по итогу учебного года в мае.

Аттестация проводится в рамках освоения рабочих программ внеурочной деятельности с учетом специфики направления развития личности в письменной форме - тестирование.

Показатели результативности:

Количество баллов	Уровень
20-15	высокий
14-8	средний
7-0	низкий