

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



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 318C6500F6B1A0844689845DEE823447  
Владелец: Афанасьева Оксана Владимировна  
Действителен с 25.09.2024 до 25.12.2025

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО  
 /К.Ю.Звягинцева/  
Протокол заседания МО  
учителей №\_1\_\_  
от «27» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель  
директора по УВР  
МБОУ «Подлесная ООШ»  
 / Г.Р. Фаррахова /  
«28» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом № 65 от «28» августа 2024 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

2024 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 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 иутки»; 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 иутки»; 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**

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

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

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

## 2 класс

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

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

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

### 3 класс

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

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

33.	Соревнование по подвижной игре «Пионербол».	1	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
34.	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафетным мячом.	1	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>

#### 4 класс

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

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

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

**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

Лист согласования к документу № 6 от 28.01.2025  
Инициатор согласования: Афанасьева О.В. Директор  
Согласование инициировано: 28.01.2025 16:03

Лист согласования		Тип согласования: <b>последовательное</b>		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Афанасьева О.В.		 Подписано 28.01.2025 - 16:03	-