

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и Науки Республики Татарстан

**Муниципальное казенное учреждение «Отдел образования Исполнительного
комитета Тюлячинского муниципального района РТ»**

МБОУ Большеметескинская СОШ

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО
начальных классов

А.Н.Каримуллина
Протокол №2 от «21»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по ВР

Г.Т.Нигматзянова

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

М.М.Сунгатуллин
Приказ №167 от «28»
августа 2023 г.

**Рабочая программа
Внеурочная деятельность
«Подвижные игры»
1-4 класс**

Принято на заседании
педагогического совета
(протокол №2 от 22.08.2023г.)

2023-2024 год

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Подвижные игры»:

Личностные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

1. формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций
2. формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
3. формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
4. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
5. принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
6. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
7. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
8. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
9. развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
10. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования должны отражать:

1. овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
2. освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
3. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
4. формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
5. освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
6. использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
7. активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
8. использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с

коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;

9. овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

10. овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинноследственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11. . готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12. . определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13. . готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14. овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

15. овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16. умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

Предметные результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования по предмету «Подвижные игры»

1. формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

2. овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

3. . формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). В результате обучения, обучающиеся на уровне начального общего образования, начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

Знания по физической культуре

Выпускник научится: □

-ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств; □

-раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств; □

-ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие; □

-характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться: □

-выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью; □

-характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится: □

-отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами; □

-организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками; □

-измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться: □

-вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня,

-комплексов утренней гимнастики, физкультминуток,

-общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий,

-результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности; □

-целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств; □

-выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится: □

-выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки,

-упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия);

-оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы); □

-выполнять организующие строевые команды и приемы; □

-выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); □ -выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно); □

-выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема); □

-выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться: □

-сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; □

-выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации; -играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам; □ -выполнять тестовые нормативы по физической подготовке; □

-плавать, в том числе спортивными способами; □

-выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).

Содержание учебного предмета «Подвижные игры»

Знания о физической культуре.

Физическая культура. Правила предупреждения травматизма во время занятий подвижными играми: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Физическая культура как носитель и выразитель культурных и духовных ценностей. Народные игры как средство физической культуры. Культурные традиции как мостик между поколениями. «Простые» русские народные игры и развлечения.

Из истории физической культуры. Знакомство с историей возникновения народных игр. Средства народной культуры. История единоборств, как многовековые традиции русской боевой культуры (легендарные герои - защитники Отечества).

Способы физкультурной деятельности.

Самостоятельные занятия. Самостоятельное выполнение упражнений на развитие ловкости и координации движений. Самостоятельное выполнение упражнений для формирования «мышечного корсета» и увеличения подвижности суставов.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Выполнение упражнений по пространственной ориентировке.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование.

Физкультурнооздоровительная деятельность. Игры и упражнения на развитие восприятия ориентировки в пространстве. Ходьба, бег, прыжки, передвижения. Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для укрепления мышц рук, ног и плечевого пояса; мышц живота. Упражнения с предметами: со скакалкой - прыжки с вращением скакалки вперед и назад, на двух и одной ноге, с ноги на ногу, прыжки с поворотами, бег, перепрыгивая через скакалку; гимнастической палкой - наклоны и повороты туловища, маховые и круговые движения рук, переворачивание, выкручивание и вкручивание палки, прыжки через палку, подбрасывание и ловля гимнастической палки; набивным мячом (1-2 кг) - броски вверх и ловля с поворотами и приседаниями, перебрасывание по кругу и в разных направлениях различными способами.

Спортивно оздоровительная деятельность.

Подвижные игры.

На материале русских народных игр: игры, отражающие отношение человека к природе: «два мороза», «белые медведи», «гуси-лебеди», «волк во рву», «волк и овцы», «вороны и воробьи», «змейка», «зайцы в огороде», «пчелки и ласточки», «попрыгунчики-воробушки», «кошкмышки», «море волнуется», «у медведя во бору», «коршун и наседка», «стадо», «совушка», «хромая лиса», «филин и пташки». «лягушата», «медведь и медовый пряник», «зайки и ежи», «ящерица», «хромой цыпленок», «оса» и их вариативность. Игры, отражающие быт русского народа: «дедушка-рожок», «домики», «ворота», «встречный бой», «защита укрепления», «заря», «корзинки», «каравай», «невод», «охотники и утки», «ловись рыбка», «по кочкам и пенечкам», «птицелов», «рыбаки и рыбки», «удочка», «продаем горшки», «защита укрепления», «захват флага», «шишки, желуди, орехи» Игры, направленные на развитие координации, внимания, быстроты и ловкости: «бабки», «городки», «горелки», «городок-бегунок», «двенадцать палочек», «жмурки», «игровая», «кто дальше», «ловишка», «котлы», «ляпка», «пятнашки», «платочек-летуночек», «считалки», «третий - лишний», «чижик», «чехарда», «кашевары», «отгадай, чей голосок», «веревочка под ногами» и др. Игры, отражающие многовековые традиции боевой культуры (единоборств) - (храбрейших русских богатырей, легендарных полководцев, воинов земли русской): «тяни в круг», «бой петухов», «достань камешек», «перетяни за черту», «тяни за булавы», «борющаяся цепь», «цепи 1 Элементы видов спорта выбраны с учетом наличия материально-технической базы общеобразовательной организации, а также климатогеографических и региональных особенностей. кованы», «перетягивание каната», «перетягивание прыжками», «вытолкни за круг», «защита укрепления», «сильный бросок», «каждый против каждого», «бои на бревне».

Подвижные игры.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр: футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола. Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

С учетом рабочей программы воспитания МБОУ «СОШ№9» (модуль «Школьный урок») воспитательный потенциал урока реализуется через:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми; • включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Выбор тех или иных форм и способов воспитательной работы на уроке учитель определяет самостоятельно в соответствии с целями и задачами урока.

Тематическое планирование по учебному предмету «Подвижные игры»: 1 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1.	ТБ во время занятий подвижными играми. ОРУ без предметов. Игра «Два мороза».	1
2	Игровые задания с использованием строевых упражнений. Игра «Пятнашки»	1
3	Игра «Кто быстрее». Повторение игры «Два мороза».	1
4	Игра «Пятнашки». Повторение игры. «Кто быстрее».	1
5	Народные игры как средство физической культуры. Игра «Гуси-лебеди».	1
6	Упражнения со скакалкой. Игра «Гуси-лебеди».	1
7	Прыжковые упражнения. Игра «Удочка».	1
8	Упражнения с мячами. Игра «Охотники и утки».	1
9	Знакомство с историей возникновения народных игр. «Каравай», «По кочкам и пенечкам».	1
10	Упражнения на развитие ловкости и координации движений. Игры «Море волнуется», «Бой петухов»	1
11	Повторение изученных игр: «Два мороза», «Удочка», «Пятнашки»	1
12	Упражнения на координацию движений. Игра «Змейка».	1
13	Строевые упражнения типа: «Становись - разойдись». Игра «Смена мест»	1

14	Прыжковые упражнения. Игра «Салки на болоте».	1
15	История единоборств. Легендарные герои - защитники Отечества. Игра «Тяни в круг», «Бой петухов».	1
16	ОРУ без предметов. Игра ««Шишки, желуди, орехи». Эстафеты «Кто быстрее»	1
17	Игры с элементами спортивных игр: «День и ночь», «Брось - поймай».	1
18	Игры на координацию движений: «Петрушка на скамейке», «Змейка».	1
19	Игра «Волк во рву». Игровые упражнения на внимание.	1
20	Строевые упражнения типа: «Становись - разойдись». Игра «Смена мест»	1
21	Упражнения на развитие ловкости и координации движений. Игры «Море волнуется», «Бой петухов».	1
22	Игровые задания с использованием строевых упражнений. Игра «Пятнашки»	1
23	ОРУ в движении. Игра ««Шишки, желуди, орехи». Эстафеты «Кто быстрее».	1
24	Упражнения со скакалкой. Игра «Гуси-лебеди»	1
25	Упражнения с мячами. Игра «Охотники и утки»	1
26	Прыжковые упражнения. Игры «Удочка», «По кочкам и пенечкам»	1
27	Строевые упражнения типа: «Становись - разойдись», «Смена мест»	1
28	Игры с элементами спортивных игр: «Попади в ворота», «Точная передача».	1
29	Встречные эстафеты.	1
30	ОРУ без предметов. Игра ««Шишки, желуди, орехи». Эстафеты «Кто быстрее».	1
31	Игры на развитие восприятия ориентировки в пространстве: «Белые медведи», ««Зайцы в огороде».	1
32	Игры на развитие восприятия ориентировки в пространстве: «Белые медведи», ««Зайцы в огороде».	1
33	Веселые старты.	1
	Итого	33

2класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	ТБ во время занятий подвижными играми. ОРУ без предметов. Игра «Вызов номеров».	1
2	Игровые задания с использованием строевых упражнений. Игра «Вороны и воробьи	1
3	Игра «Кто быстрее». Повторение игры «Вызов номеров»	1
4	Игра «Горелки». Повторение игры. «Кто быстрее».	1
5	Народные игры как средство физической культуры. Игра «Кошкмышки», «Море волнуется	1
6	Упражнения со скакалкой. Игра «Белые медведи».	1
7	Прыжковые упражнения. Игра «Удочка», «По кочкам и пенечкам»	1
8	Упражнения с мячами. Игра «Охотники и утки», «Точно в мишень»	1
9	Знакомство с историей возникновения народных игр. «Каравай», «По кочкам и пенечкам».	1
10	Упражнения на развитие ловкости и координации движений. Игры «Море волнуется», «Бой петухов»	1
11	Повторение изученных игр: «Два мороза», «Удочка», «Пятнашки».	1
12	Упражнения на координацию движений. Игра «Змейка»	1
13	Строевые упражнения типа: «Становись - разойдись». Игра «Смена мест»	1
14	Прыжковые упражнения. Игра «Салки на болоте», «У медведя во бору».	1
15	Культурные традиции как мостик между поколениями. Игра «Тяни в круг», «Бой петухов»	1
16	ОРУ в движении. Игра ««Шишки, желуди, орехи». Эстафеты «Кто быстрее»	1
17	Игры с элементами спортивных игр: «Гонка мячей», «Брось - поймай».	1
18	Игры на координацию движений: «Коршун и наседка», «Змейка».	1
19	Игра «Волк во рву». Игровые упражнения на внимание.	1
20	Строевые упражнения типа: «Становись - разойдись». Игра «Смена мест». Игра «Салки»	1
21	Упражнения на развитие ловкости и координации движений. Игры «Вороны и воробьи», «Бой петухов»	1

22	Игровые задания с использованием строевых упражнений. Встречные эстафеты	1
23	ОРУ в движении. Игра «Третий лишний». Эстафеты «Кто быстрее»	1
24	История единоборств. Легендарные герои - защитники Отечества. Упражнения со скакалкой. Игра «Волк во рву»	1
25	Упражнения с мячами. Игра «Гонка мячей».	1
26	Прыжковые упражнения. Игры «Удочка», «Заяц без дома».	1
27	Строевые упражнения типа: «Становись - разойдись», «Смена мест». Круговая эстафета.	1
28	Игры с элементами спортивных игр: «Попади в ворота», «Точная передача».	1
29	Эстафеты с предметами. Игра «Волна».	1
30	ОРУ без предметов. Игра «Третий лишний». Эстафеты «Кто быстрее»	1
31	Игры на развитие восприятия ориентировки в пространстве: «Белые медведи», «Заяц без дома».	1
32	Встречные эстафеты. Игра на внимание «Запрещенное движение».	1
33	Игры на развитие восприятия ориентировки в пространстве: «Волк во рву», «Жмурки»	1
34	Веселые старты.	1
	Итого	34

3 класс

№п /п	Тема урока	Кол-во часов
1	ТБ во время занятий подвижными играми. ОРУ без предметов. Игра «Волк и овцы».	1
2	Игровые задания с использованием строевых упражнений. Игра «Вызов номеров».	1
3	Повторение игры «Волк и овцы». Игра «Кто быстрее».	1
4	Игра «Горелки». Повторение игры «Вызов номеров».	1
5	Народные игры как средство физической культуры. Игра «Кошкмишки». Перетягивание каната.	1
6	Упражнения с обручами. Игра «Гонка мячей»	1
7	Прыжковые упражнения. Игра «Удочка», «Мяч капитану».	1

8	Упражнения с мячами. Игра «Точно в мишень», игра на внимание «Нос, пол, потолок».	1
9	Знакомство с историей возникновения народных игр. «Попрыгунчики-воробушки», «Совушка».	1
10	Упражнения на развитие ловкости и координации движений. Игры «Бой петухов», «Цепи кованые»	1
11	Повторение изученных игр: «Мяч капитану», «Удочка», «Точно в мишень»	1
12	«Простые» русские народные игры и развлечения. Упражнения на координацию движений. Игра «Змейка»	1
13	Строевые упражнения. Игра «Смена мест», «Вытолкни за круг»	1
14	Прыжковые упражнения. Игра «Передал - садись», «Ловишка, поймай ленту».	1
15	Культурные традиции как мостик между поколениями. Игра «Тяни в круг», «Бой петухов»	1
16	ОРУ в движении. Упражнения для самостоятельных занятий. Эстафеты «Кто быстрее».	1
17	Игры с элементами спортивных игр: «Гонка мячей», «Брось поймай»	1
18	Игры на координацию движений: «Змейка», «Салки».	1
19	Игра «Цепи кованые». Игровые упражнения на внимание.	1
20	Строевые упражнения типа: «Становись - разойдись». Игра «Смена мест». Перетягивание каната.	1
21	Упражнения на развитие ловкости и координации движений. Игры «Вороны и воробьи», «Тяни в круг»	1
22	Игровые задания с использованием строевых упражнений. Встречные эстафеты	1
23	ОРУ в движении. Игра «Третий лишний», «Пустое место».	1
24	История единоборств. Легендарные герои - защитники Отечества. Упражнения со скакалкой. Игра «Мяч капитану».	1
25	Упражнения с мячами. Игра «Десять передач».	1
26	Прыжковые упражнения. Игры «Удочка», «Пустое место».	1
27	Круговая эстафета. Игры на внимание.	1
28	Игры с элементами спортивных игр: «Попади в ворота», «Точная передача».	1
29	Эстафеты с предметами. Игры на внимание.	1

30	ОРУ без предметов. Эстафеты «Кто быстрее»	1
31	Игры на развитие восприятия ориентировки в пространстве: «Космонавты», «Пустое место»	1
32	Встречные эстафеты с предметами и без. Игра на внимание «Запрещенное движение»	1
33	Игры на развитие восприятия ориентировки в пространстве: «Жмурки», «Вороны и воробьи»	1
34	Веселые старты.	1
	Итого	34

4 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	ТБ во время занятий подвижными играми. ОРУ без предметов. Игра «Вороны и воробьи»	1
2	Игровые задания с использованием строевых упражнений. Игра «Вызов номеров», «Пустое место»	1
3	Эстафеты с предметами и без. Игра на внимание «Запрещенное движение».	1
4	Игра «Горелки» с вариантами. Повторение игры «Вызов номеров»	1
5	Народные игры как средство физической культуры. Перетягивание каната.	1
6	Упражнения с обручами. Игра «Гонка мячей»	1
7	История возникновения народных игр. Прыжковые упражнения. Игра «Мяч капитану».	1
8	Упражнения с мячами. Игра «Точно в мишень».	1
9	Знакомство с историей возникновения народных игр. Игра «Подвижная цель».	1
10	Упражнения на развитие ловкости и координации движений. Игры с мячом.	1
11	Повторение изученных игр: «Мяч капитану», «Точно в мишень»	1
12	Простые» русские народные игры и развлечения. Упражнения на координацию движений. Игра «Змейка».	1
13	Игра «Вытолкни за круг», игра «Десять передач»	1
14	Прыжковые упражнения. Игра «Передал – садись».	1

15	Культурные традиции как мостик между поколениями. Игра «Тяни в круг», «Бой петухов»	1
16	ОРУ в движении. Упражнения для самостоятельных занятий. Игра «Пионербол»	1
17	Игры с элементами спортивных игр: «Гонка мячей», «Брось - поймай».	1
18	Игра мини-баскетбол по упрощенным правилам	1
19	Игра «Пионербол». Игровые упражнения на внимание.	1
20	Народные игры как средство физической культуры. «Перетяни за черту», перетягивание каната	1
21	Упражнения на развитие ловкости и координации движений. Игры «Вороны и воробьи». 1 22 Игровые задания с использованием строевых упражнений. Встречные эстафеты.	1
22	Игровые задания с использованием строевых упражнений. Встречные эстафеты.	1
23	ОРУ в движении. Игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам	1
24	История единоборств. Легендарные герои - защитники Отечества. Игра «Пионербол».	1
25	Упражнения с мячами. Игра «Десять передач».	1
26	Прыжковые упражнения. Игры «Удочка», «Пустое место»	1
27	Круговая эстафета. Игры на внимание	1
28	Игры с элементами спортивных игр: «Попади в ворота», «Точная передача».	1
29	Эстафеты с предметами. Игры на внимание.	1
30	ОРУ без предметов. Игра «Пионербол»	1
31	Игры на развитие восприятия ориентировки в пространстве.	1
32	Встречные эстафеты с предметами и без. Игра на внимание «Запрещенное движение».	1
33	Подвижные игры по выбору детей.	1
34	Веселые старты.	1
	Итого	34