


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 82
с углублённым изучением отдельных предметов им. Р.Г.Хасановой» Приволжского
района г.Казани**

«Согласована»

Заместитель директора по ВР
МБОУ «Школа №82»

 (Е.Н.Серебрякова)

«Утверждена»

Директор МБОУ «Школа №82»



Приказ от «01» сентября 2023 г.
№ 154

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
на уровень начального общего образования
«Поиграй со мной!»**

Разработано:
Шариповой Г.Н.,
учителем начальных классов

Рассмотрена
на заседании
педагогического совета
протокол № 2
от «29» августа 2023 года

Казань, 2023

Пояснительная записка

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности учащихся начальной школы (М., Просвещение, 2010 г.).

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности. В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

- 1. Цель программы:** удовлетворить потребность младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.
- 2. Основными задачами** данного курса являются:
 - укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств;
 - развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
 - развитие сообразительности, творческого воображения;
 - развитие коммуникативных умений;
 - воспитание внимания, культуры поведения;

- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения учащихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.

развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

Общая характеристика

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить ученика автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В факультативный курс «Поиграй со мной!» вошли народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм.

Кружок «Поиграй со мной!» учитывает возрастные особенности младших школьников и поэтому предусматривает организацию подвижной деятельности учащихся, которая не мешает умственной работе. С этой целью включены подвижные игры, настольные игры, викторины разной тематики. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Режим проведения занятий:

1-й год обучения 1 час в неделю, 4 часа в месяц.

2-й год обучения 1 час в неделю, 4 часа в месяц.

3-й год обучения 1 час в неделю, 4 часа в месяц.

4-й год обучения 1 час в неделю, 4 часа в месяц

Программа рассчитана на 33 часа (1 класс) и 34 часа (2-4 класс) в год с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 45 минут.

Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Ценностными ориентирами содержания данного факультативного курса являются:

– формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;

- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
- развитие познавательной активности и самостоятельности учащихся;
- привлечение учащихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы является увеличение объёма (количества часов) на изучение подвижных игр, а также на изучение элементов спортивных игр на период 1-4 годов обучения.

Возраст детей, участвующих в реализации программы

Программа предназначена для учащихся начальных классов, обучающихся на этапе начальной подготовки с 6 до 10 лет.

<i>Этап начальной подготовки</i>
1 год обучения – 6-7 лет;
2 год обучения – 7-8 лет;
3 год обучения – 8-9 лет;
4 год обучения – 9-10 лет

Программа учитывает возрастные и половые особенности групп учащихся всех возрастов. При этом акцентируется внимание на качественных изменениях, в организме занимающихся в период полового созревания, изменениях антропометрических размеров тела.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Поиграй со мной!» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

Занятия проводятся в учебном кабинете, на улице, в спортивном зале после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН.

Данная работа начинается с 1 класса на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде:

- подвижных игр,
- народных оздоровительных игр,
- прогулок,
- спортивно-оздоровительных часов,
- физкультурных праздников,
- спортивных соревнований.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОИГРАЙ СО МНОЙ!»

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Поиграй со мной!» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1.Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

- действенная поддержка у младших школьников должного запаса «адаптационной энергии» – тех ресурсов, которые помогают противодействовать стрессовым ситуациям, повышают неспецифическую устойчивость организма к воздействию окружающей среды, способствуя снижению заболеваемости;
- стимуляция процессов роста и развития, что благоприятно сказывается на созревании и детского организма, на его биологической надежности;

- наличие положительных эмоций, что способствует охране и укреплению психического здоровья;
- влияние на своевременное формирование двигательных умений и навыков и стимулирование развития основных физических качеств младших школьников (силы, быстроты, ловкости, выносливости, равновесия и координации движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
- формирование навыков самоорганизации культурного досуга

После окончания *этапа начальной подготовки* учащиеся должны:

знать:

-об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида.

-упрощенные правила спортивных игр (футбол, регби, баскетбол, лапта) и подвижных игр для развития физических качеств;

-гигиенические требования к спортивной одежде и обуви.

Уметь:

-выполнять общеразвивающие упражнения на развитие координации движений, ловкости, гибкости, силы мышц ног, рук, спины, брюшного пресса;

-играть по упрощенным правилам в спортивные (футбол, регби, баскетбол, лапта) и подвижные игры для развития физических качеств;

-соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;

После окончания *I года обучения* учащиеся должны

Ученик должен знать понимать	Ученик должен уметь владеть способностями
<ul style="list-style-type: none"> – задачи общей физической подготовки; – упрощенные правила спортивных игр (футбол, баскетбол, баскетбол, лапта) и подвижных игр. – цель и задачи разминки, основной и заключительной частей занятий; – основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой; – историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр; – гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде; – основы строения и функций организма; – характерные спортивные травмы и их предупреждение; – способы и приемы первой помощи. 	<ul style="list-style-type: none"> – играть по упрощенным правилам в спортивные (футбол, баскетбол, лапта) и подвижные игры для развития выносливости, быстроты. – соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;

После окончания **II года обучения** учащиеся должны

Ученик должен знать понимать	Ученик должен уметь владеть способностями
<ul style="list-style-type: none"> – правила спортивных игр (футбол, баскетбол, лапта); – историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр; – значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья; – основные правила судейства соревнований и правил подвижных игр; 	<ul style="list-style-type: none"> – играть по правилам в спортивные игры (футбол, баскетбол, лапта). – выполнять упражнения на расслабление во время занятий; – соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой

После окончания **III года обучения** учащиеся должны

Ученик должен знать понимать	Ученик должен уметь владеть способностями
<ul style="list-style-type: none"> – специфические особенности подвижных и спортивных игр направленных на развитие физических качеств; – правила спортивных игр (футбол, баскетбол, лапта); – основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой; – правила дорожного движения; – историю возникновения и развития легкой атлетики; – понятие о силе воли и спортивном характере; – значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья. – положение о соревнованиях; – общее представление судействе на соревнованиях; – основные обязанности судей; – перечень документов необходимых для участия в соревнованиях; – меры личной и общественной профилактики болезней; – характерные спортивные травмы и их предупреждение; – правила оказания первой доврачебной помощи; – причины утомления 	<ul style="list-style-type: none"> – играть по правилам в спортивные игры (футбол, баскетбол, лапта); – соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой; – выполнять обязанности помощников судей на соревнованиях. – оказывать первую доврачебную помощь

После окончания **IV годов обучения** учащиеся должны

Ученик должен знать понимать	Ученик должен уметь владеть способностями
<ul style="list-style-type: none"> – методику судейства соревнований по спортивным играм; – меры личной и общественной профилактики болезней; – характерные спортивные травмы и их предупреждение; – правила оказания первой доврачебной помощи; – правила спортивных игр (футбол, баскетбол, лапта); – основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой; – правила дорожного движения; – историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр; – понятие о силе воли и спортивном характере; – значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья. 	<ul style="list-style-type: none"> – оказывать первую доврачебную помощь; – анализировать технику своего бега и определять ошибки; – подбирать и проводить спортивные и подвижные игры; – работать в составе судейских бригад городских соревнований; – владеть терминологией по изучению спортивных и подвижных игр <p>В целях контроля за результативностью занятий 2 раза в год проводятся показательные соревнования.</p>

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Поиграй со мной!»

1 класс

Форма организации	Вид деятельности	Краткое содержание
Игра, беседа	Игровая, познавательная	Формирование знаний о мире движений, их роли в сохранении здоровья. Игра «Разведчики», «Щенок»
Игра, беседа	Игровая, познавательная	Проведение инструктажа по <i>технике безопасности</i> при занятиях подвижными играми, формирование правильной осанки и развитие навыков бега, «Хвостики». «Паровоз»
Игра	Игровая	Развитие ловкости; воспитание чувства ритма, игра «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный»
Игра	Игровая	Развитие силы и ловкости, «Кто сильнее?», «Салки со стопами, «Удочка с прыжками»
Игра, беседа	Игровая, познавательная	Проведение <i>беседы</i> «Твой организм», развитие гибкости и ловкости, игры «Снип-Снап», «Быстрая тройка»
Игра	Игровая	Развитие ловкости и внимания, игры «Медведь спит, «Весёлая скакалка»
Игра	Игровая	Развитие выносливости и силы, «Очистить свой сад от камней»

Игра,эстафета	Игровая	Двигательная активность и гиподинамия. Разучивание и организация подвижных игр. «Командные салки», «Сокол и голуби»
Игра	Игровая	развитие быстроты, скорости, реакции, игры «Найди нужный цвет», «Разведчики»
Игра	Игровая	развитие быстроты, скорости, реакции, игры «Удочка с приседанием»
Игра	Игровая	Развитие гибкости, скорости, реакции «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»
Игра	Игровая	Развитие быстроты, скорости, реакции, игры «Лиса и куры»
Игра	Игровая	Развитие быстроты, скорости, реакции, игры «Кто быстрее?», «Сумей догнать»
Игра	Игровая	Двигательная активность и гиподинамия. Разучивание и организация подвижных игр «Метко в цель», «Салки с большими мячами»
Игра	Игровая	Развитие меткости и координации движений, игры «Метко в цель», «Салки с большими мячами»
Игра,беседа	Познавательная, игровая	Проведение инструктажа по <i>технике безопасности</i> при занятиях подвижными играми, развитие меткости и координации движений, игры «Назови имя», «Бездомный заяц», Лягушки в болоте»
Игра	Игровая	Двигательная активность, игра «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот»
Беседа,игра	Познавательная,игровая	Проведение <i>беседы</i> «Закаливание организма». Развитие физических качеств выносливости и ловкости, игры «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик»
Игра	Игровая	Двигательная активность и гиподинамия. Разучивание и организация подвижных игр. «Кто быстрее подготовиться»
Игра	Игровая	Развитие физических качеств выносливости и ловкости, игры «Штурм высоты»
Игра	Игровая	Развитие физических качеств, игра «Салки», игры на улице
Игра	Игровая	Развитие физических качеств «Поезд», «Салки» и др. по выбору учащихся
Игра	Игровая	Развитие физических качеств выносливости и ловкости, игра «Мороз – Красный нос» Игры по желанию учащихся
Игра	Игровая	Развитие физических качеств выносливости и ловкости. Игры по желанию учащихся
Беседа,игра	Познавательная,игровая	Проведение <i>беседы</i> «Где можно и где нельзя играть». Разучивание и организация подвижных игр. «Горелки». Игры по желанию учащихся
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств , ловкости, игры «Метание в цель», «Попади в мяч»

Игра,эстафета	Игровая	Развитие физических качеств выносливости и ловкости, игры «Быстро в строй», командные «колдунчики»
Игра	Игровая	Развитие выносливости, быстроты, скорости, реакции, игры «Назови имя», «Бездомный заяц», «Лошадки»
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств , ловкости, игры «Пустое место», «Часовые и разведчики»
Беседа,игра	Познавательная, игровая	Проведение инструктажа по <i>технике безопасности</i> при занятиях подвижными играми на улице, разучивание и организация подвижных игр. Игра «Удочка», «Не урони мяч»
Игра	Игровая	Развитие физических качеств выносливости и ловкости, игра «Прыжок за прыжком»
Игра	Игровая	Игры на свежем воздухе «Хвостики», «Падающая палка»
Игра	Игровая	Развитие ловкости и быстроты, игры «Точный поворот», «Второй лишний». «Если бы ноги стали руками»

2 класс

Форма организации	Вид деятельности	Краткое содержание
Игра,беседа	Игровая,познавательная	Формирование знаний о мире движений, их роли в сохранении здоровья. Игры «Бабки», «Борящаяся цепь», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок»
Игра	Игровая	Проведение <i>Техники безопасности</i> при занятиях подвижными играми, игры «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».
Игра,беседа	Игровая,познавательная	Проведение <i>беседы</i> «Твой организм». Игры «Борящаяся цепь», «Редька», «Бес соли соль», «Серый волк», «Платок», «Пирожок».
Беседа, игра	Познавательная, игровая	Формирование знаний о мире движений, их роли в сохранении здоровья, игры «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств, игры «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств, игры «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».
Игра	Игровая	Развитие выносливости, скоростных качеств, игры «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».
Игра	Игровая	Развитие выносливости, скоростных качеств, игры «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости и

		координации движений, игры «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок-бегунок».
Игра,эстафета	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости и координации движений, игры «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка», «Городок-бегунок».
Игра	Игровая	Развитие быстроты и ловкости, координации движений, игры «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».
Игра	Игровая	Развитие быстроты и ловкости, координации движений, игры «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».
Игра	Игровая	Развитие быстроты и ловкости, координации движений, игры «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото».
Игра,беседа	Игровая,познавательная	Правила по <i>технике безопасности</i> с мячом. Игры «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».
Игра	Игровая	Развитие глазомера и точности движений, игры «Охотники и утки», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки»
Игра,эстафета	Игровая	Развитие выносливости и ловкости, игры «Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы», «Лови мяч», «Колодка», «Зевака».
Игра	Игровая	Развитие выносливости и ловкости, игры «Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы».
Игра	Игровая	Развитие выносливости и ловкости, игры «Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы».
Игра	Игровая	Развитие внимания, выносливости и ловкости, игры «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки», «Охотники и утки»
Игра	Игровая	Развитие внимания, выносливости и ловкости, игры «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки».
Игра, беседа	Игровая,познавательная	<i>Беседа.</i> Закаливание организма. Игры «Ворота», «Встречный бой», «Во поле берёза», «Вытолкни за круг», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств выносливости и ловкости, игры «Ворота», «Встречный бой»,

		«Во поле берёза», «Вытолкни за круг», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната», «Камешек».
Игра	Игровая	Развитие глазомера и точности движений, игры «Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».
Игра	Игровая	Развитие глазомера и точности движений «Домики», «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки».
Игра	Игровая	«Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка»
Игра	Игровая	Развитие быстроты, скорости, реакции, игры «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка»
Игра.эстафета	Игровая	Развитие быстроты, скорости, реакции, игры «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Заинька», «Ручеёк».
Беседа, игра	Игровая	<i>Беседа.</i> Где можно и где нельзя играть. «Ясное золото», «Плетень», «Ручеёк».
Игра,беседа	Игровая,познавательная	<i>Техника безопасности.</i> Игры в помещении. «Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств и координации движений, игры «Дедушка – рожок», «Море волнуется», «Игровая», «Коза», «Колечко», «Все в кружок», «Слепой козёл».
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств , ловкости «Работа и забава», «Птичник», «Тяни - пускай», «Голуби».
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств , ловкости «Кольцо», «Чур», «Орехи», «Барабанщик», «Черепашка»
Игра	Игровая	Игры «Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки».
Игра	Игровая	Игры «Да и нет», «Отвечай, не говоря!», «Царёк», «Обмен именами», «Чепуха», «Мимика», «Почему и потому», «Отгадай слово», «Искатель цветов».
Игра	Игровая	Игры к различным народным праздникам: «Проводы берёзы», «Бой крашенками», «Шапочки», «Коробейники», «Сказочница», «Гусиное перо»

Форма организации	Вид деятельности	Краткое содержание
Игра, беседа	Игровая, познавательная	Формирование знаний о мире движений, их роли в сохранении здоровья. Игры «Стань правильно», «Карлики и великаны»
Беседа, игра	Познавательная, игровая	Проведение <i>Техники безопасности</i> при занятиях подвижными играми, игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения»
Беседа, игра	Познавательная, игровая	Проведение <i>беседы</i> «Твой организм». Игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам»
Беседа, игра	Познавательная, игровая	Формирование знаний о мире движений, их роли в сохранении здоровья, игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам», «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств, игры «Фигуры», «Флюгер», «Летает - не летает», «Статуя»
Игра	Игровая	Развитие физических качеств, игры «Салки-приседалки», «Салки с домом», «У медведя на бору», «Дедушка Мазай»
Беседа, игра	Познавательная, игровая	Проведение <i>беседы</i> о личной гигиене. Развитие выносливости, игры «Ходим кругом», «Золотые ворота»
Игра	Игровая	Развитие выносливости, скоростных качеств, игры «Кот идет», «Товарищ командир», «День и ночь», «Воробьи вороны»
Игра, эстафета	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости и координации движений, игры «Не ошибись», «Беги и собирай».
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости и координации движений, игры «Берегись, Буратино», «Жмурки», «Рыбачок», «Уголки», «Узелок»
Игра	Игровая	Развитие быстроты и ловкости, координации движений, игры «Дети и медведь», «Гуси - лебеди», «Кот проснулся», «Зима - лето»
Игра, беседа	Игровая, познавательная	Проведение <i>техники безопасности</i> . «Зимние игры на снеговой площадке» Игра в снежки, лепка снежных баб. «Космонавты».
Беседа, игра	Познавательная, игровая	Беседа «Твой организм». Настольные игры «Лото», «шахматы», «детское домино».
Игра	Игровая	Развитие глазомера и точности движений, игры «Пчелки», «красная шапочка», «Гуси и волк», «Салки выручали».
Игра	Игровая	Развитие глазомера и точности движений, игры «Зима - лето», «Космонавты»
Игра	Игровая	Развитие выносливости и ловкости, игры «Пустое место, «Кот идет», «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».
Игра	Игровая	Развитие выносливости и ловкости, игры «Птица без гнезда», «Быстро по местам», «Третий лишний», «Два Мороза», «День и ночь»

Игра	Игровая	Развитие выносливости и ловкости, игры «Ловишки», «Карлики и великаны», «Салки-выручали».
Игра	Игровая	Развитие внимания, выносливости и ловкости, игры «Пятнашки», «Зима- лето», «Кот идет», «Товарищ командир», «Колдунчик»
Игра	Игровая	Развитие внимания, выносливости и ловкости, игры «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты.
Беседа, игра	Познавательная, игровая	<i>Беседа</i> «Закаливание организма». Игры «Колдунчики», Пчелки», «Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств выносливости и ловкости, игры «Через ручеек», «У ребят порядок строгий»
Игра	Игровая	Развитие глазомера и точности движений, игры «Стая», «Быстро по местам», «Волк во рву», «Пустое место»
Игра	Игровая	Развитие глазомера и точности движений, игры «Летучие рыбки», «Жмурки», «Зима - лето», «Космонавты»
Игра	Игровая	Развитие быстроты, скорости, реакции. Игры «Пчелы и медвежата», «Зима – лето», «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда».
Игра	Игровая	Развитие быстроты, скорости, реакции. Игры «Пчелы и медвежата», «Зима – лето», «Хитрая лиса», «Птицы без гнезда»
Игра	Игровая	Развитие физических качеств, игры «Светофор», «Гуси – лебеди»
Беседа, игра	Познавательная, игровая	Развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила, игры «Чего нет?», «Отгадай, кто подходил?», «Яша и Маша», «Слепой и зрячий», «Холодно-горячо»
Игра	Игровая	Развитие физических качеств и координации движений, игры «Волк во рву», «Пустое место», «Пчелы и медвежата», «Зима – лето»
Игра	Игровая	Развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи. «Наши любимые сказки».
Игра	Игровая	Развитие силовых качеств, умение следовать алгоритму действий, игры «Пригибание руки», «Коршун и наседка», «Цепи», «Поймай последнего»
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости, игры «Зайцы, сторож и жучка», «Гуси и волк», «Салки -выручали».
Игра	Игровая	Проведение <i>техники безопасности</i> по играм на свежем воздухе. Игры «Зима - лето», «Через ручеек», «У ребят порядок строгий».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Проведи», «Пчелки», «Кошки - мышки», «День и ночь», «Воробьи вороны».

Беседа, игра	Познавательная, игровая	Беседа «Где можно играть и где нельзя», игра «Воробушки», «Берегись, Буратино», «Летает - не летает», «Статуя».
--------------	-------------------------	---

4 класс

Форма организации	Вид деятельности	Содержание занятия
Игра, беседа	Игровая, познавательная	Формирование о мире движений, их роли в сохранении здоровья «Пятнашки», «Фанты».
Игра		Развитие скоростных качеств, ловкости, игры «Горелки», «Лапта», «Блуждающий мяч»
Беседа, игра	Познавательная, игровая	Проведение <i>техники безопасности</i> по играм на свежем воздухе. Игры «Ловушка».
		Развитие скоростных качеств, ловкости, игры «Охотник и сторож».
Беседа, игра	Познавательная, игровая	Проведение <i>беседы</i> «Где можно и где нельзя играть». Развитие физических качеств, игра «Карусель», «Совушка».
Игра, эстафета	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости, игра «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки»
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости, игра «Стая», «Быстро по местам», «Волк во рву», «Пустое место».
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости. Эстафеты с мячами. «Бег по кочкам».
Игра	Игровая	Развитие основных физических качеств. Игры «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву»
Игра	Игровая	Развитие основных физических качеств, игры «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки»
Беседа, игра	Игровая, познавательная	Проведение <i>техники безопасности</i> при играх зимой. Игра «Городки».
Игра	Игровая	Развитие физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, быстроты реакции. Игра «Гонки снежных комов».
Беседа, игра	Игровая, познавательная	Проведение <i>беседы</i> «Закаливание организма». Развитие физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, быстроты реакции. Игра «Клуб ледяных инженеров».
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости. Проведение эстафет. Игры «Брось-поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры « Гуси-лебеди », « Обыкновенные жмурки ».
Игра	Игровая	Развитие выносливости, скоростных качеств. Игры «Котел» «Салки».
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости. Игры « Михасик », «Прела-горела».

Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Серый волк», «Скок-перескок»
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Скачки», «Собери яблоки».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча»
Беседа, игра	Игровая, познавательная	Проведение <i>беседы</i> . Игры «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «Попади в ворота»
Игра	Игровая	Развитие выносливости, скоростных качеств. Игры «Высокий дуб» «Колдун».
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости. Игры «Белый мяч и черный мяч» , «Отдай платочек».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Хищник в море», «Рыбки».
Игра	Игровая	Развитие скоростных качеств, ловкости. Игры «Альчики», «Забрасывание белого мяча»
Игра	Игровая	Развитие выносливости и ловкости. Игры «Птица без гнезда», «Быстро по местам», «Третий лишний»
Игра	Игровая	Развитие выносливости и ловкости. Игры «Птица без гнезда», «Два Мороза», «День и ночь».
Беседа, игра	Познавательная, игровая	Проведение <i>техники безопасности</i> . Развитие внимания, выносливости и ловкости. Игры «Зайцы, сторож и жучка», веселые старты.
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
Игра, эстафета	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву»
Игра	Игровая	Развитие физических качеств. Игры «Воробушки», «Берегись, Буратино», «Летает - не летает», «Статуя».

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОИГРАЙ СО МНОЙ!»**

1 класс

№	Основное содержание	Количество занятий
1	Вводное занятие. Мир движений.	
2	<i>Техника безопасности</i> при занятиях подвижными играми. Красивая осанка.	
3	Учись быстроте и ловкости.	
4	Сила нужна каждому.	
5	<i>Беседа.</i> Твой организм. Ловкий. Гибкий.	
6	Весёлая скакалка.	
7	Сила нужна каждому.	
8	Развитие быстроты.	
9	Кто быстрее?	
10	Скакалочка- выручалочка.	
11	Ловкая и коварная гимнастическая палка	
12	Команда быстроногих «Гуси – лебеди».	
13	Выбираем бег.	
14	Метко в цель.	
15	Путешествие по островам.	
16	<i>Техника безопасности.</i> Развиваем точность движений.	
17	Горка зовёт.	
18	<i>Беседа.</i> Закаливание организма. Зимнее солнышко.	
19	Зимнее солнышко.	
20	Штурм высоты.	
21	Снежные фигуры.	
22	Закрепление. Игры на свежем воздухе.	
23	Мы строим крепость	
24	Мы строим крепость	
25	<i>Беседа.</i> Где можно и где нельзя играть. Игры на снегу.	
26	Удивительная пальчиковая гимнастика.	
27	Развитие скоростных качеств.	
28	Развитие выносливости.	
29	Развитие реакции.	
30	<i>Техника безопасности.</i> Игры на свежем воздухе.	
31	Прыжок за прыжком.	
32	Мир движений и здоровья.	
33	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми.	

2 класс

№	Тема занятия	Количество занятий
1	Вводное занятие. Общие подвижные символические игры.	
2	<i>Техника безопасности</i> при занятиях подвижными играми. Общие подвижные символические игры.	
3	Общие подвижные символические игры. <i>Беседа</i> . Твой организм.	
4	Игры для формирования правильной осанки.	
5	Игры для формирования правильной осанки.	
6	Игры для формирования правильной осанки.	
7	Игры со скакалками	
8	Игры со скакалками	
9	Игры с бегом	
10	Игры с бегом	
11	Игры с прыжками	
12	Игры с прыжками	
13	Игры с прыжками	
14	Правила по <i>технике безопасности</i> с мячом. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	
15	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	
16	Игры лазанием и перелезанием	
17	Игры лазанием и перелезанием	
18	Игры лазанием и перелезанием	
19	Игры для развития внимания	
20	Игры для развития внимания	
21	<i>Беседа</i> . Закаливание организма. Общеразвивающие игры	
22	Общеразвивающие игры	
23	Игры с разными предметами	
24	Игры с разными предметами	
25	Игры с камешками, шариками и палками	
26	Игры с камешками, шариками и палками	
27	Хороводные игры	
28	<i>Беседа</i> . Где можно и где нельзя играть. Хороводные игры	
29	<i>Техника безопасности</i> . Игры в помещении	
30	Игры в помещении	
31	Игры в фанты	
32	Игры-шутки	
33	Сюжетные игры	
34	Загадки, шарады, каламбуры	

3 класс

№	Основное содержание	Количество занятий
1	Вводное занятие.	
2	<i>Техника безопасности</i> при занятиях подвижными играми. Игры-поиски.	
3	Игры-поиски.	
4	Игры с быстрым нахождением своего места	
5	Игры с быстрым нахождением своего места	
6	Простые и усложненные игры-догонялки	
7	<i>Беседа</i> «Личная гигиена». Игры-хороводы.	
8	Игры со скакалками	
9	Игры с бегом	
10	Игры с бегом	
11	Игры с прыжками	
12	<i>Техника безопасности.</i> Зимние игры на снеговой площадке.	
13	<i>Беседа.</i> Твой организм. Настольные игры.	
14	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	
15	Веселые эстафеты с предметами.	
16	Игры с лазанием и перелезанием	
17	Простые и усложненные игры-догонялки	
18	Игры с быстрым нахождением своего места	
19	Игры для развития внимания	
20	Веселые старты.	
21	<i>Беседа.</i> Закаливание организма. Общеразвивающие игры	
22	Общеразвивающие игры	
23	Игры с разными предметами	
24	Игры с разными предметами	
25	Игры с камешками, шариками и палками	
26	Игры с камешками, шариками и палками	
27	Хороводные игры	
28	Игры-поиски.	
29	Усложненные игры-догонялки	
30	Интеллектуальные игры. Викторина «Собери пословицу»	
31	Игры с сопротивлением и борьбой.	
32	Веселые старты с баскетбольными мячами	
33	<i>Техника безопасности.</i> Игры на свежем воздухе.	
34	Игры с мячом и обручем.	

4 класс

№	Основное содержание	Количество занятий
1	Вводное занятие.	1
2	Основы знаний о народной подвижной игре.	1
3	<i>Техника безопасности</i> при занятиях подвижными играми. Игры на свежем воздухе.	1
4	Русские народные игры.	1
5	<i>Беседа</i> «Где можно и где нельзя играть». Игры на свежем воздухе.	1
6	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	1
7	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	1
8	Игры-эстафеты.	1
9	<i>Общеразвивающие физические упражнения</i>	1
10	<i>Общеразвивающие физические упражнения</i>	1
11	<i>Техника безопасности</i> «Зимние забавы»	1
12	Зимние забавы	1
13	<i>Беседа</i> «Закаливание организма». Зимние забавы	1
14	Игры-эстафеты.	1
15	Подвижные игры разных народов. Игры русского народа	1
16	Подвижные игры разных народов. Игры мордовского народа.	1
17	Подвижные игры разных народов. Игры белорусского народа.	1
18	Подвижные игры разных народов. Игры татарского народа.	1
19	Подвижные игры разных народов. Игры народов Востока.	1
20	Игры-эстафеты.	1
21	<i>Беседа</i> «Твой организм». <i>Общеразвивающие физические упражнения</i>	1
22	<i>Общеразвивающие физические упражнения</i>	1
23	Подвижные игры разных народов. Игры украинского народа.	1
24	Подвижные игры разных народов. Игры азербайджанского народа	1
25	Подвижные игры разных народов. Игры чувашского народа.	1
26	Подвижные игры разных народов. Игры калмыцкого народа.	1
27	Простые и усложненные игры-догонялки	1
28	Простые и усложненные игры-догонялки	1
29	<i>Техника безопасности</i> . Игры-эстафеты.	1
30	Подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивной игры.	1
31	Подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивной игры.	1
32	Подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивной игры.	1
33	Подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивной игры.	1
34	Подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивной игры.	1

