

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Республики Татарстан
МКУ "Отдел образования Исполнительного комитета Кайбицкого муниципального
района Республики Татарстан
МБОУ "Большеподберезинская СОШ имени А.Е. Кошкина"

РАССМОТРЕНО

руководитель ШМО
учителей ИЗО, музыки,
технологии, ОБЖ,
физкультуры

Николаева Е.Г.

Протокол №1 от «31» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель МС

Власова Т.А.

Протокол №1 от «31» 08
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Биктимерова Ф.Ф.

Приказ № 55а от «31» 08
2023 г.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 3733860051B0588349743E0450FFBEA9
Владелец: Биктимерова Фанзиля Фагимовна
Действителен с 01.08.2023 до 01.11.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного курса «Юный чемпион»
(2-4 классы)

с.Б.Подберезье, 2023г.

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Юный чемпион» составлена в соответствии с требованиями к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее — ФГОС НОО), а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся.

Цель программы: сформировать у младших школьников 2-4 классов мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

Задачи:

- сформировать у младших школьников начальное представление о здоровом образе жизни, культуре движений;
- выработать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями и Подвижных играх;
- учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

Общая характеристика учебного курса «Юный чемпион»

При проведении занятий можно выделить два направления:

оздоровительная направленность, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;

повышение двигательной подготовленности учащихся, отвечающей требованиям учебной программы.

«Подвижные игры» — это еженедельные занятия физическими упражнениями в спортивных залах и на открытом воздухе, которые проводятся в урочное время. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности школьников. Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность.

Место учебного предмета «Юный чемпион»

Программа ориентирована на младших школьников и имеет общий объем 102ч.

Соответственно: 2 класс – 34 часа, 3 класс -34часа, 4 класс – 34 часа.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 2 КЛАССА

1. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

3. Подвижные игры с мячом. «Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом). «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке). «Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования). Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли ит.д.)

4. Игровые упражнения. «По мостику» (Перебраться с одной стороны площадки на другую по линиям разметки). «Через ручеёк» (Правила передвижения через канат). «Бросок в цель» (Сбивание волейбольного мяча теннисными). «Боулинг» (Перекачивание мячей с одной стороны площадки на другую).

5. Занимательные игры.

Игры на развитие внимания: «Воробьи - вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попади мячом», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка».

Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «ЗАЯЦ БЕЗ ЛОГОВА», «САНТИКИ - САНТИКИ-ЛИМ-ПО-ПО», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 3 КЛАССА

Программа модернизирована на основе: Федерального компонента государственного образовательного стандарта, утвержденного Приказом Минобразования РФ от 2010ц/ и Закона РФ от 10.07.1992 № 3266 -« Об образовании (в редакции Федерального закона от 17.07 2009 № 148 – ФЗ)».

1. Основы знаний о подвижных играх. Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

2. Подвижные игры без мячей.

Игры на развитие внимания: «Воробьи- вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка» и т.д.

Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д.

3. Эстафеты.

Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» и т.д. Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий. Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями.

4. Спортивные и подвижные игры с мячами. «Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом). «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке). «Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования), «Пионербол» (Правила игры, подачи, прием мяча, тактика нападения и защиты) Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли ит.д.)

5. Дистанционные олимпиады по предмету физкультура.

Предусматривает знакомство учеников с теоретическими знаниями по физкультуре, проведение олимпиад, разбор заданий и награждение. Проводится 2 раза в год.

6. Соревнования. Проведение соревнований по различным видам: плавание, пионербол, дартс, перестрелка и вывоз детей на городские массовые старты: «Кросс-нации», «Лыжный марафон», «Лыжня–России».

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 4 КЛАССА

В разделе «Основы знаний о физической культуре и спорте» представлен материал, который" дает начальные основы знаний о собственном организме, гигиенических требованиях при занятиях физической культурой и спортом.

Раздел «Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом» знакомит учащихся с основными правилами техники безопасности, при организации занятий физической культурой и спортом.

Раздел «Общая физическая подготовка» содержит материал, реализация которого формирует у младших школьников общую культуру движений, укрепляет их здоровье, содействует развитию и совершенствованию умений и навыков, развивает основные физические качества.

В разделе «Специальная физическая подготовка» представлен материал с рекомендациями физических упражнений игрового характера, способствующих обучения младших школьников основным техническим приемам игры в футбол. В этом разделе учитель имеет право самостоятельно подбирать игровые задания.

Раздел «Контрольные и тестовые упражнения» содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет учителю определить степень усвоения учебного материала и физическую готовность учащихся.

Раздел «Мониторинг» содержит материал, позволяющий учителю иметь возможность следить за физическим состоянием учащихся.

Принципы - от простого к сложному, от знакомого к неизвестному - на которых строятся учебные занятия, дают возможность последовательно от класса к классу обучать учащихся новым, более сложным двигательным действиям.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

умения организовывать собственную игровую деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в процессе игры;

умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия в игре со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных 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.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками в процессе игры на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий Физической культурой;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную игровую деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями в процессе игры со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и Соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы подвижных и спортивных игр. В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности обучающиеся к окончанию начальной школы должны:

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением Физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- об играх разных народов;
- о разновидности спортивных игр;
- о соблюдении правил игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные и спортивные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры.

Ожидаемые результаты:

- высокий уровень мотивации здорового образа жизни;
- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
- формирование двигательных действий с мячом;
- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом,
- самостоятельная организация и проведение подвижных и спортивных игр в малых группах сверстников;
- соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;
- владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр – проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

Способы проверки: проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей), проведение массовых мероприятий, соревнований, конкурсов, праздников, тестирование, обобщающие и закрепляющие занятия.

Тематическое планирование /2 класс/

№	Тема учебного занятия, раздела	Количество во час	Форма занятия	ЭОР/ЦОР	Дата	
					по плану	по факту

	«Техника безопасности» (2 часа)					
1	Вводный инструктаж по ТБ. Правила ТБ на спортплощадках и в спортзале.	1	Беседа	Презентация		
2	ТБ при занятиях подвижными играми. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	1	Беседа	Презентация "http://spo.1september.ru/urok/"		
	«Беседа» (1 час)					
3	Беседа: «Личная гигиена». «Здоровье в порядке - спасибо зарядке!». ОРУ	1	Беседа	Презентация "http://spo.1september.ru/urok/"		
	« Подвижные игры» (4 часа)					
4	Комплекс утренней гимнастики. Игра «Поймай рыбку»	1	Практика	"http://spo.1september.ru/urok/"		
5	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Мяч по кругу»	1	Практика	"http://spo.1september.ru/urok/"		
6	ОРУ в движении. Игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам».	1	Практика	"http://spo.1september.ru/urok/"		
7	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Мяч по кругу» , «Третий лишний»	1	Практика	"http://spo.1september.ru/urok/"		
	«Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО» (1 час)					
8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Челночный бег 3X10 м.	1	Практика	https://www.gto.ru/ https://normativov.net/normy-gto/		
	«Беседа» (1 час)					
9	Профилактика травматизма.	1	Беседа	http://cnit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1 , http://ipulsar.net		
	« Подвижные игры» (7 часов)					
10	Правила проведения соревнований. Веселые эстафеты с предметами.	1	Соревнов	http://method.novgorod.rcde.ru		
11	Игры «Пятнашки», «Быстро по местам».	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
12	ОРУ с мячами. Полоса препятствий.	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
13	Игра «Змейка на асфальте», «У ребят порядок строгий».	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
14	ОРУ в движении. Игры «День и ночь», Шишки, желуди, орехи	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
15	ОРУ в движении. Игры «Волк во рву», «Пустое место».	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		

16	Инструктаж по ТБ при прыжках в длину. «День прыгуна»	1	Соревнов	https://www.gto.ru/		
	«Беседа» (1 час)					
17	Беседа: «История возникновения игр с мячом». Правила проведения игр	1	Беседа	http://method.novgorod.rcde.ru		
	«Подвижные игры с мячом» (4 часа)					
18	Инструктаж по ТБ при работе с мячами. ОРУ с мячами. Перекаты мяча. Игра «Мяч по полу»	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
19	ОРУ с мячами. Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Игра «Мяч по полу»	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
20	Укрепление мышц рук. Игра «Передача мяча в колоннах».	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
21	Укрепление мышц рук и плечевого пояса. Игра «Гонка мячей»	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
	«Техника безопасности» (1 час)					
22	ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. Температурный режим.	1	Беседа	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124/		
	«Игры» (5 часов)					
23	Игровые упражнения и подвижные игры без лыж.	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
24	Игры «Два мороза», «Снежком по мячу».	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
25	Загадки и пословицы о зиме. Правила соревнований. Эстафеты на снегу	1	Соревнов	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
26	Упражнения с набивными мячами. Игра "Охотники и утки", ""Угадай, чей голосок".	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
27	«Веселые эстафеты с мячами».	1	Соревнов	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
	«Беседа» (1 час)					
28	Беседа «Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы». Упражнения для формирования правильной осанки.		Беседа	http://ipulsar.net		
	«Игры» (1 час)					

29	Правила проведения игр и соревнований. Игра «Попади мячом в цель»	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
«Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО» (1 час)						
30	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Игра «Самый меткий».	1	Соревнов	https://www.gto.ru/		
«Техника безопасности» (1 час)						
31	ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе и на спортивной площадке. ВФСК ГТО.	1	Беседа	https://www.gto.ru/ https://normativov.net/normy-gto/		
«Игры» (3 часа)						
32	Специально-беговые упражнения. Игра «Воробьи вороны»	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
33	Специально-беговые упражнения. Игры с прыжками.	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
34	Инструктаж по ТБ. «День бегуна»	1	Соревнов	https://www.gto.ru		

Тематическое планирование
/3 класс/

№	Тема учебного занятия, раздела	Количество часов	Форма занятия	ЭОР/ЦОР	Дата	
					по плану	по факту
«Техника безопасности » (2 часа)						
1	Вводный инструктаж по ТБ. Правила ТБ на спортплощадках и в спортзале. Цели и задачи курса.	1	Беседа	Презентация		
2	ТБ при занятиях подвижными играми. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	1	Беседа	Презентация "http://spo.lseptember.ru/urok/"		
« Подвижные игры» (5 часов)						
3	Бег с препятствиями. Игры «Пятнашки», «Салки»	1	Практика	"http://spo.lseptember.ru/urok/"		
4	Комплекс утренней гимнастики. Челночный бег. Игры «Пятнашки», «Салки»	1	Практика	"http://spo.lseptember.ru/urok/"		
5	ОРУ в движении. Челночный бег. «Переловы»	1	Практика	"http://spo.lseptember.ru/urok/"		
6	ТБ.Игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам».	1	Практика	"http://spo.lseptember.ru/urok/"		

7	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Мяч по кругу», «Третий лишний»	1	Практика	"http://spo.1september.ru/urok/"		
«Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО» (1 час)						
8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Челночный бег 3X10 м.	1	Практика	https://www.gto.ru/ https://normativov.net/normy-gto/		
«Беседа» (1 час)						
9	Беседа: «Твой организм», «Красивая осанка».	1	Беседа	Презентация http://cnit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1 , http://ipulsar.net		
«Техника безопасности» (1 час)						
10	ТБ при работе с мячом. Правила игры в пионербол и проведения соревнований.	1	Беседа	http://method.ovgorod.rcde.ru		
«Игры с элементами пионербола» (6 часов)						
11	Комплекс с мячами. Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой.	1	Практика	http://method.ovgorod.rcde.ru		
12	ОРУ с мячами. Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой.	1	Практика	http://method.ovgorod.rcde.ru		
13	ОРУ с мячами. Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой.	1	Практика	http://method.ovgorod.rcde.ru		
14	ОРУ с мячами. Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой.	1	Практика	http://method.ovgorod.rcde.ru		
15	Приёмы: низкий, высокий. Прыжки со скакалкой. Пионербол	1	Практика	http://method.ovgorod.rcde.ru		
16	Турнир по пионерболу	1	Соревнов	http://method.ovgorod.rcde.ru		
«Беседа» (1 час)						
17	Беседа: «Режим дня. Правильное питание». Правила проведения игр	1	Беседа	http://method.ovgorod.rcde.ru		
«Техника безопасности» (1 час)						
18	Инструктаж по ТБ при проведении подвижных игр. Знакомство с играми народов мира	1	Беседа	http://method.ovgorod.rcde.ru		
«Подвижные игры русского народа» (3 часа)						
19	ОРУ с мячами. Совершенствование координации движений.	1	Практика	http://method.ovgorod.rcde.ru		

	Игры «Пятнашки», «Салки»					
20	Укрепление мышц рук. Игры «Третий лишний», «Охотники и зайцы»	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
21	Укрепление мышц рук и плечевого пояса. Игра «Брось — поймай», «Охотники и утки»	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
«Техника безопасности» (1 час)						
22	ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. Температурный режим.	1	Беседа	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124/		
«Игры» (4 часа)						
23	Игровые упражнения и подвижные игры без лыж.	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
24	Разминка с воображаемыми лыжными принадлежностями. Игра «Снежком по мячу». «Два Мороза»	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
25	Загадки и пословицы о зиме. Правила соревнований. Эстафеты на снегу	1	Соревнов	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
26	ТБ при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки. «Веселые старты»	1	Соревнов	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
«Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО» (1 час)						
27	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Челночный бег 3X10 м. Прыжки в длину с места.	1	Практика	https://www.gto.ru/ https://normativov.net/normy-gto/		
«Беседа» (1 час)						
28	Беседа «Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы». ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе и на спортивной площадке.	1	Беседа	http://ipulsar.net		
«Игры» (5 часов)						
29	Инструктаж по ТБ .ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
30	ОРУ с набивными мячами.. Правила формирования команд. Виды подачи. Пионербол.	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
31	Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		

32	Инструктаж по ТБ. Турнир по пионерболу	1	Соревнов	https://proshkol.u.ru/user/sid2011/file/5138124		
33	Специально-беговые упражнения. Беговые эстафеты.	1	Практика	https://www.gto.ru/		
«Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО» (1 часа)						
	рование. Нормативы екса ГТО.	1	нов	https://www.gto.ru/		

Тематическое планирование
/4 класс/

№	Тема учебного занятия, раздела	Кол-во час	Форма занятия	ЭОР/ЦОР	Дата	
					по плану	по факту
«Техника безопасности » (2 часа)						
1	Вводный инструктаж по ТБ. Правила ТБ на спортплощадках и в спортзале. Цели и задачи курса.	1	Беседа	Презентация		
2	ТБ при занятиях подвижными играми. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	1	Беседа	Презентация "http://spo.1september.ru/urok/"		
« Подвижные игры» (5 часов)						
3	Бег с препятствиями. Игры «Пятнашки», «Салки»	1	Практика	"http://spo.1september.ru/urok/"		
4	Комплекс утренней гимнастики. Челночный бег. Игры «Пятнашки», «Салки»	1	Практика	"http://spo.1september.ru/urok/"		
5	ОРУ в движении. Челночный бег. «Переловы»	1	Практика	"http://spo.1september.ru/urok/"		
6	ТБ.Игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам».	1	Практика	"http://spo.1september.ru/urok/"		
7	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Мяч по кругу» , «Третий лишний»	1	Практика	"http://spo.1september.ru/urok/"		
«Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО» (1 час)						
8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Челночный бег 3X10 м.	1	Практика	https://www.gto.ru/ https://normativov.net/normy-gto/		
«Беседа» (1 час)						
9	Беседа: «Твой организм», «Красивая осанка».	1	Беседа	Презентация http://cniit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1 , http://ipulsar.net		
«Техника безопасности» (1 час)						
10	ТБ при работе с мячом. Правила игры в пионербол	1	Беседа	http://method.novgorod.rcde.ru		

	и проведения соревнований.					
«Игры с элементами пионербола» (6 часов)						
11	Комплекс с мячами. Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой.	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
12	ОРУ с мячами. Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой.	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
13	ОРУ с мячами. Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой.	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
14	ОРУ с мячами. Правила игры. Переходы. Приём мяча низкий. Прыжки со скакалкой.	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
15	Приёмы: низкий, высокий. Прыжки со скакалкой. Пионербол	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
16	Турнир по пионерболу	1	Соревнов	http://method.novgorod.rcde.ru		
«Беседа» (1 час)						
17	Беседа: «Режим дня. Правильное питание». Правила проведения игр	1	Беседа	http://method.novgorod.rcde.ru		
«Техника безопасности» (1 час)						
18	Инструктаж по ТБ при проведении подвижных игр. Знакомство с играми народов мира	1	Беседа	http://method.novgorod.rcde.ru		
«Подвижные игры русского народа» (3 часа)						
19	ОРУ с мячами. Совершенствование координации движений. Игры «Пятнашки», «Салки»	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
20	Укрепление мышц рук. Игры «Третий лишний», «Охотники и зайцы»	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
21	Укрепление мышц рук и плечевого пояса. Игра «Брось — поймай», «Охотники и утки»	1	Практика	http://method.novgorod.rcde.ru		
«Техника безопасности» (1 час)						
22	ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. Температурный режим.	1	Беседа	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124/		
«Игры» (4 часа)						
23	Игровые упражнения и подвижные игры без лыж.	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
24	Разминка с воображаемыми лыжными принадлежностями. Игра	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		

	«Снежком по мячу». «Два Мороза»					
25	Загадки и пословицы о зиме. Правила соревнований. Эстафеты на снегу	1	Соревнов	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
26	ТБ при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки. «Веселые старты»	1	Соревнов	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
«Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО» (1 час)						
27	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Челночный бег 3X10 м. Прыжки в длину с места.	1	Практика	https://www.gto.ru/ https://normativov.net/normy-gto/		
«Беседа» (1 час)						
28	Беседа «Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы». ТБ при занятиях подвижными играми на свежем воздухе и на спортивной площадке.		Беседа	http://ipulsar.net		
«Игры» (5 часов)						
29	Инструктаж по ТБ .ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
30	ОРУ с набивными мячами.. Правила формирования команд. Виды подачи. Пионербол.	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
31	Подачи. Опрос по правилам игры. Игра «Три касания». Пионербол	1	Практика	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
32	Инструктаж по ТБ. Турнир по пионерболу	1	Соревнов	https://proshkolu.ru/user/sid2011/file/5138124		
33	Специально-беговые упражнения. Беговые эстафеты.	1	Практика	https://www.gto.ru/		
«Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО» (1 час)						
34	Тестирование. Нормативы комплекса ГТО.	1	Соревнов	https://www.gto.ru/		


Лист согласования к документу № 455/О от 14.12.2023

Инициатор согласования: Биктимерова Ф.Ф. Директор МБОУ "Большеподберезинская СОШ им.А.Е.Кошкина
Кайбицкого муниципального района РТ";

Согласование инициировано: 14.12.2023 15:29

Лист согласования

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Биктимерова Ф.Ф.		 Подписано 14.12.2023 - 15:29	-