

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей имени Ивана Ивановича Федунца»  
города Узловая Тульской области

«РАССМОТРЕНО»:  
на заседании лаборатории  
учителей начальных классов  
Протокол № 1  
от « 29 » августа 2022 года

«ПРИНЯТО»:  
педагогическим советом  
Протокол №1  
от «29» августа 2022года



Рабочая программа по внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»

Класс	1-4 класс
Продолжительность освоения	4 года
Составитель программы:	лаборатория начальных классов (Грознова Ж.И., Гришина Е.В., Якутина С.А., Сердюкова Г.А., Храпова О.И., Кузнецова К.М., Мельникова М.А., Сотникова Г.В., Жигарева Я.И.)

2022 год

«Рабочая программа по внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
для 1-4 классов»

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 1-4 классов составлена на основе Примерной программы по внеурочной деятельности для начальной школы и авторской программы курса «Подвижные игры» общеобразовательных школ автора *Н.Б. Погребова*, кандидат педагогических наук, ректор СКИПКРО; *О.Н. Хижнякова*, кандидат педагогических наук, заведующая кафедрой начального образования СКИПКРО; *Н.М. Малыгина*, старший преподаватель кафедры начального образования СКИПКРО. (год издания 2020г).

**Цель данного курса:**

формирование гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

**Задачи данного курса:**

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.
- укрепление здоровья обучающихся 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 обучающихся 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;

**Срок реализации программы 4 года (135 часов)**

Содержание программы направлено на освоение учащимися базовых знаний и формирование базовых компетентностей, что соответствует основной образовательной программе начального общего образования. Она включает все темы, предусмотренные федеральным компонентом государственного образовательного стандарта начального общего образования по внеурочной деятельности для начальной школы и авторской программой учебного курса.

Планируемые результаты изучения курса

Личностными результатами являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами кружка «Подвижные игры»

является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;  
проговаривать последовательность действий во время занятия;  
учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;

умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

**Принцип деятельности**

Программа составлена с учетом возрастных, психологических и физиологических особенностей детей. Работа с детьми строится на основе уважительного, искреннего и тактичного отношения к личности ребенка. В педагогической деятельности следует исходить из концепции педагогического сотрудничества:

уважать личность ребенка, его позицию;

принять ребенка таким, каков он есть, в его своеобразии и индивидуальности;

отмечать достоинства каждого ребенка;

не навязывать свои мысли ребенку, а высказывать суждения, не приказывать, а советовать: вести ребенка к самоанализу, к рефлексии;

проявлять искренний интерес к словам ребенка, его переживаниям, слушать и понимать его.

**В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 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;

о народной игре как средстве подвижной игры;

об играх разных народов;

о соблюдении правил игры

уметь:

выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

играть в подвижные игры;

выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

выполнять строевые упражнения;

соблюдать правила игры

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие задачи:

становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;

формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;

духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;

укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» носит комплексный характер, что отражено в межпредметных связях с такими учебными дисциплинами как: литературное чтение, окружающий мир, технология, изобразительное искусство, физическая культура, музыка.

Не менее значимым при развитии здоровьесберегающей среды учреждения является состояние и перспективы обогащения материально-технической базы наглядными пособиями, техническими средствами обучения, а также обеспечение и поддержка состояния экологической комфортности среды школьных помещений, в которых дети проводят значительную часть дня.

Для реализации программы «Подвижные игры» необходима материально-техническая база:

*Спортивный инвентарь:*

Обручи, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, гимнастические маты, канат, гимнастическая стенка.

измерительные приборы: весы, часы, секундомер.

*Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций:* компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.

Подобная связь содержания программы внеурочной деятельности с учебной деятельностью обеспечивает единство учебной и внеучебной деятельности, что позволит сформировать у обучающихся не только мотивацию на ведение здорового образа, а будет способствовать формированию знаний о социальной, психологической и соматической составляющей здоровья и уверенности в необходимости заботы о собственном здоровье.

Занятия проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке, на свежем воздухе. Курс может вести как классный руководитель, так и любой другой учитель начальных классов, учитель физической культуры.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника

Формы работы - интегрированные уроки, беседы, деловые игры, уроки здоровья, подвижные игры, игры на воздухе. Занятия проводятся раз в неделю по 40 минут.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

Группировка подвижных игр.

С элементами общеразвивающих упражнений.

С бегом на ловкость.

С бегом на скорость.

С прыжками на месте и с места.

С прыжками в высоту.

С прыжками длину с разбега.

С метанием на дальность.

С лазанием и перелазанием.

Игры подготовительные к волейболу.

Игры подготовительные к баскетболу.

## Игры на местности

Группировка игр по преимущественному проявлению у учащихся физических качеств.

Игры, в которых преимущественно проявляются	Характеристика игровых действий	Игры
Ловкость	Игры, побуждающие немедленно переходить от одних действий к другим; не задерживаясь, сочетать свои действия с действиями других занимающихся (по внезапным заданиям, сигналам).	“Салки” “Ловкая подача” “Ловкие и меткие” Игры, требующие умения сосредоточить внимание одновременно на нескольких действиях (бег, прыжки, игры с увертыванием)
Быстрота	Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, тактильные, звуковые сигналы, игры, с короткими перебежками типа догоняй-убегай	“Шишки, желуди, орехи” “День и ночь” Эстафета на полосе препятствий . Игры с бегом на скорость в изменяющихся условиях.
Сила	Игры с кратковременными мышечными напряжениями динамического и статического характера	“Сильный бросок” “Бой петухов” “Перетягивание через черту”
Выносливость	Игры с неоднократными повторениями активных, энергично выполняемых действий, связанных с непрерывными интенсивными движениями	“Бег командами” “Не давай мяча водящему” “Перетягивание каната”

## Содержание курса

В содержании программы перечисленные разделы возобновляются на протяжении четырех лет, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, закреплению социально одобряемой модели поведения обучающихся. Основы игровой деятельности направлены на совершенствование, прежде всего естественных движений. Элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу), и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнёром, командой и соперником).

Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики.

В программный материал входят простейшие виды построений и перестроений, большой круг общеразвивающих упражнений без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические и танцевальные упражнения.

Подвижные игры на материале легкой атлетики.

Бег, прыжки, метание.

Подвижные игры на материале лыжной подготовки.

Ознакомление с простейшими правилами обращения с лыжным инвентарём, обучение основным строевым приёмам с лыжами.

Подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)

Подвижные игры для формирования правильной осанки.

Подвижные игры на свежем воздухе.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия. Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

**В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» ожидается:**

повышение качества и количества мероприятий с учащимися, направленных на формирование здорового образа жизни;

улучшение здоровья учащихся;

формирование у учащихся осознанной потребности в здоровом образе жизни; повышение интереса школьников к занятиям физической культурой и спортом;

пополнение материальной базы для проведения уроков физической культуры и внеклассных мероприятий;

создание необходимой базы материалов и методологической основы для формирования здорового образа жизни, внедрение новых форм и методов воспитательной работы;

развитие умений работать в коллективе;

формирование у детей уверенности в своих силах;

умение применять игры самостоятельно.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Нагрузка на учебный год:

№ п\п	Класс	Всего часов
1.	1 класс	33
2.	2 класс	34
3.	3 класс	34
4.	4 класс	34

Содержание программы ( 1 год обучения)

№ п\п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Игры на координацию движений	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные занятия «Если хочешь	3	4	7	викторина

	быть здоров»				
3.	Интегрированные занятия «Учимся следить за собой»	5	5	10	викторина
4.	Игры на развитие ловкости	-	7	7	соревнование
	Итого:			33	

#### Содержание программы

Игры на развитие координации движений: «Ловишка», «Салки» «К своим флажкам», «Жмурки», «Совушка». Интегрированные уроки «Если хочешь быть здоров»: беседа «Если хочешь быть здоров», игра «Успей убежать», «Бой петухов», беседа «Дружи с водой», игра «Не попадись», «Море волнуется, раз...» беседа «Забота о коже», игра «Кого назвали, тот и ловит», беседа «Уход за ушами» и игра «Воробьи и вороны», «Вызов номеров».

Интегрированные уроки «Учимся следить за собой»: беседа «Уход за зубами», игра «Дедушка и детки», беседа «Забота о глазах», игра «Охотник и утки», беседа «Как я одеваюсь», игра «Белые медведи», беседа «Моя красивая осанка», игра «Переноска арбузов», беседа «Уход за руками и ногами», игра «Поймай лягушку».

Игры на развитие ловкости: «Будь ловким», «Хитрая лиса», «Волк во рву» «Медведи и пчелы», «Охотники и утки», «Удочка», «Не давай мяч водящему»

#### Тематический план

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов		Дата проведения
		план.	факт.	
1 год обучения (33ч.)				
Подвижные игры (9 часов)				
1 - 2.	Игра «Ловишка»	2	2	
3 - 4.	Игра «Салки»	2	2	
5 - 6.	Игра «К своим флажкам»	2	2	
7 - 8.	Игра «Жмурки»	2	2	
9.	Игра «Совушка»	1	1	
Интегрированные занятия(7 часов)				
10.	Если хочешь быть здоров	1	1	
11.	Игры «Успей убежать», «Бой петухов»	1	1	
12.	Дружи с водой	1	1	
13.	Игра «Не попадись», «Море волнуется,раз...»	1	1	
14.	Забота о коже	1	1	
15.	Игра «Кого назвали, тот и ловит»	1	1	
16.	Уход за ушами. Игра «Вороны и воробьи» , «Вызов номеров»	1	1	
Интегрированные занятия(10 часов)				
17.	Уход за зубами	1	1	

18.	Игра «Дедушка и детки»	1	1	
19.	Забота о глазах	1	1	
20.	Игра «Охотник и утки», «Удочка»	1	1	
21.	Как я одеваюсь	1	1	
22.	Игра «Белые медведи»	1	1	
23.	Моя красивая осанка	1	1	
24.	Игра «Переноска арбузов»	1	1	
25.	Уход за руками и ногами	1	1	
26.	Игра «Поймай лягушку»	1	1	
Подвижные занятия (7 часов)				
27 - 28.	Игра «Будь ловким», «Космонавты»	2	2	
28 - 30.	Игра «Хитрая лиса», «Волк во рву»	2	2	
31 - 32.	Игра «Медведи и пчелы»	2	2	
33.	Игра «Охотники и утки», « Не давай мяч водящему»	1	1	

### Содержание программы (2 год обучения)

№ п/п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Подвижные игры	-	9	11	соревнование
2.	Интегрированные занятия «Какой я»	2	3	5	викторина
3.	Интегрированные занятия «Какой я внутри»	5	5	10	викторина
4.	Игры на развитие координации движений	-	8	8	соревнование
	Итого:	8	26	34	

### Содержание программы

Подвижные игры: «Колдун», «Два Медведя», «Совушка», «Ручеек», «Гуси-лебеди».

Интегрированные уроки: «Какой я», беседа «Я какой был», игра «Пчелы и медведи», беседа «Чем я отличаюсь от взрослого», игра «Горелки», беседа «Моё настроение», игра «День и ночь», беседа «Из чего я сделан», игра «Перемена мест».

Интегрированные уроки: «Какой я внутри», беседа «Какой я внутри», игра «Удочка», беседа «Почему я не падаю», игра «Волки во рву», беседа «Моя красивая осанка», игра «Салки», беседа «Зачем человек ест», игра «Снежки», беседа «Как правильно есть», игра «Перестрелка».

Игры на развитие координации движений: игра «Чай - чай, выручай», игра «Космонавты», игра «Перебежки», игра «Сбей городок».

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов	Дата проведения
	игры 2 класс	1	
	<b>Тема урока</b>	1	

1	Комплекс ОРУ. Игра «На свои места»	1		
2	Комплекс ОРУ. Игра «На свои места»	1		
3	Комплекс ОРУ. Игра «Салка с мячом»	1		
4	Комплекс ОРУ. Игра «Салка с мячом»	1		
5	Комплекс ОРУ. Игра «Чай-чай, выручай»	1		
6	Комплекс ОРУ. Игра «Чай-чай, выручай»	1		
7	Комплекс ОРУ. Игра «Так, и так»	1		
8	Комплекс ОРУ. Игра «Так, и так»	1		
9	Комплекс ОРУ. Игра «Свой домик»	1		
10	Комплекс ОРУ. Игра «Свой домик» -	1		
11	Комплекс ОРУ. Игра «Метко в цель»	1		
12	Комплекс ОРУ. Игра «Метко в цель»	1		
13	Комплекс ОРУ. Игра «Волк во рву»	1		
14	Комплекс ОРУ. Игра «Волк во рву»-	1		
15	Комплекс ОРУ. Игра «Совушка»	1		
16	Комплекс ОРУ. Игра «Совушка» -	1		
17	Комплекс ОРУ. Эстафеты	1		
18	Комплекс ОРУ. Эстафеты-	1		
19	Комплекс ОРУ. Игра «Фигуры»	1		
20	Комплекс ОРУ. Игра «Фигуры» -	1		
21	Комплекс ОРУ. Игра «Мяч соседу»	1		
22	Комплекс ОРУ. Игра «Мяч соседу»	1		
23	Комплекс ОРУ. Игра «Пустое место»	1		
24	Комплекс ОРУ. Игра «Пустое место» -	1		
25	Комплекс ОРУ. Игра «Невод»	1		
26	Комплекс ОРУ. Игра «Невод» -	1		
27	Комплекс ОРУ. Игра «День и ночь»	1		
28	Комплекс ОРУ. Игра «День и ночь»	1		
29	Комплекс ОРУ. Игра «Десяточка»	1		
30	Комплекс ОРУ. Игра «Десяточка» -	1		
31	Комплекс ОРУ. Игра «Салка с мячом» -	1		
32	Комплекс ОРУ. Игра «Салка с мячом» -	1		
33	Комплекс ОРУ. Игра «Совушка» -	1		
34	Комплекс ОРУ. Игра «Совушка» -	1		

### Содержание программы (3 года обучения)

№ п\п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Игры на повышение интереса к ЗОЖ	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные занятия «О правильном питании»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные занятия «Наши главные органы»	5	5	10	викторина
4.	Игры на природе	-	8	8	соревнование

	Итого:	8	26	34	
--	--------	---	----	----	--

Содержание программы

Игры на повышение интереса к ЗОЖ: «Охотник и утки», «Рыбаки и рыбки», «Тише едешь, дальше будешь», «Запрещенное движение».

Интегрированные уроки «О правильном питании»: беседа «Полезная пища», игра «Пионербол», беседа «Вредная пища», игра «Достань мяч», беседа «Овощи. Блюда из овощей», игра «Белые медведи», беседа «Фрукты. Мой любимый сок», игра «Охотники и лайки».

Интегрированные уроки «Наши главные органы»: беседа «Как я чищу зубы», игра «Бой петухов», беседа «Мой нос это фильтр, печка и сторожевой пост», игра «Мяч в воздухе», беседа «Аптечка на кухне», игра «Воробьи и кошка», беседа «Почки, которые никогда не станут цветами», игра «Воробьи и вороны», беседа «Пещера-скороварка с привратником у входа (желудок)», игра «Штандир».

Игры на природе: «Зайчики», «Прыгуны», «Один в круге», «Рыбная ловля».

Тематический план

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов		Дата проведения
		план.	факт.	
3 год обучения(34 ч.)				
Подвижные игры (9 ч.)				
1 - 2.	Игра «Охотники и утки»	1	1	
3 - 4.	Игра «Рыбаки и рыбки»	1	1	
5 - 6.	Игра «Тише едешь - дальше будешь»	1	1	
7 - 8.	Игра «Запрещенное движение»	1	1	
9.	Игра «Ручеек»	1	1	
Интегрированные занятия (7 ч.)				
10.	Полезная пища	1	1	
11.	Игра «Пионербол»	1	1	
12.	Вредная пища	1	1	
13.	Игра «Достань мяч»	1	1	
14.	Овощи. Блюда из овощей	1	1	
15.	Игра «Белые медведи»	1	1	
16.	Фрукты. Мой любимый сок. Игра «Охотники и лайки»	1	1	
Интегрированные занятия (10 ч.)				
17.	Как я чищу зубы	1	1	
18.	Игра «Бой петухов»	1	1	
19.	Мой нос – это фильтр, печка и сторожевой пост	1	1	
20.	Игра «Мяч в воздухе»	1	1	
21.	Аптечка на кухне	1	1	
22.	Игра «Воробьи и кошка»	1	1	
23.	Почки, которые никогда не станут цветами	1	1	
24.	Игра «Воробьи и вороны»	1	1	
25.	Пещера-скороварка с привратником у входа (желудок)	1	1	
26.	Игра «Штандир»	1	1	
Подвижные игры (8 ч.)				

27 - 28.	Игра «Зайчики»	2	2	
29 - 30.	Игра «Прыгуны»	2	2	
31 - 32.	Игра «Один в круге»	2	2	
33 - 34.	Игра «Рыбная ловля»	2	2	

**Тематический план (4 год обучения)**

№ п/п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	Всего	
1.	Игры на улучшение здоровья	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные занятия «Я продолжаю расти»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные занятия «Уважайте самих себя»	5	5	10	викторина
4	Игры на природе	-	8	8	соревнование
	Итого:			34	

Содержание программы

Игры на улучшение здоровья: «Охотник и собака», «Поймай дракона за хвост», «Хромой цыпленок», «Человек, ружье, тигр», «Чужеземцы».

Интегрированные уроки: «Я продолжаю расти» беседа «Я продолжаю расти», игра «Метательная лапта», беседа «Я – мальчик, я - девочка», игра «Перестрелка», беседа «Вредные привычки», игра «Вызов номеров», беседа «Как преодолеть стресс», игра «Два мороза».

Интегрированные уроки «Уважайте самих себя»: беседа «Уважайте самих себя», игра «День и ночь», беседа «Мой характер», игра «Перемена мест», беседа «Мой автопортрет», игра «Волк во рву», - беседа «Драться или не драться», игра «Пятнашки», беседа «Красота в моем доме», игра «Перебежки».

Игры на природе: «Охрана сокровища», «Чехарда», «Лапта», «Третий лишний».

Тематический план

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов		Дата проведения
		план.	факт.	
1	Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Эстафеты с предметами и без них.	1		
2	Урок – игра на материале лёгкой атлетики. Соревнования между командами	1		
3	Урок-игра, соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	1		
4	Урок-игра, соревнование «Самый ловкий». Эстафеты с мячами.	1		
5	Урок-игра, соревнование. Эстафеты между	1		

	командами			
6	Урок-игра, соревнование. Встречные эстафеты без предметов и с предметами	1		
7	Урок-игра, соревнование. Встречные эстафеты без предметов и с предметами	1		
8	Урок-игра, соревнование. Эстафеты между командами	1		
9	Урок-игра, соревнование, народные игры.	1		
10	Урок-игра, соревнование. Соревнование «Чья «березка» лучше»	1		
11	Урок - игра, соревнование. Эстафеты с предметами.	1		
12	Урок - игра, соревнование. Соревнование «лучший акробат». Комплекс ОРУ с гимнастической палкой.	1		
13	Урок-игра, соревнование. Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.	1		
14	Урок-игра, соревнование. Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.	1		
15	Урок-игра, соревнование. Кто самый сильный (соревнования по подтягиванию). Эстафеты с предметами.	1		
16	Спортивные и подвижные игры	1		
17	Спортивные и подвижные игры	1		
18	Урок-игра, соревнование. Эстафета	1		
19	Урок-игра, соревнование.	1		
20	Урок-игра, соревнование. Метание снежков в цель, на дальность. «Кто самый	1		
21	Урок-игра, соревнование.	1		
22	Урок-игра, соревнование. Эстафета	1		
23	Урок-игра, соревнование. Игры и эстафеты с мячами.	1		
24	Урок-игра, соревнование «Стремительные передачи»	1		
25	Урок-игра. Игры с бегом. Эстафеты с мячами.	1		
26	Урок-игра. Игры с бегом. Эстафеты с мячами.	1		
27	Урок-игра. Игры с бегом. Эстафеты с мячами.	1		
28	Урок-игра, соревнование. Эстафеты между командами	1		
29	Урок-игра, соревнование. Эстафета	1		
30	Урок-игра, соревнование. Эстафеты с мячом из различных стартов. Игры с бегом и метанием.	1		
31	Урок-игра, соревнование. Эстафеты с мячом с различных стартов. Игры с бегом и метанием.	1		
32	Урок-игра, соревнование. Эстафеты с мячом с различных стартов. Игры с бегом и метанием.	1		
33	Урок-игра, соревнование. Игры и эстафеты с	1		

	мячами			
34	Урок-игра, соревнование. Игры и эстафеты с мячами	1		

### **Перечень методического и программного обеспечения**

Баршай В. М. Активные игры для детей. Ростов н/Д: Феникс, 2001. — 320 с. (Серия «Мир вашего ребенка»).

Здоровьесберегающие технологии в начальной школе./ сост. О.В. Поляков. - Волгоград: ИТД «Корифей». - 96 с.

Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2014, 296 с. - (Педагогика. Психология. Управление).

Наш выбор - здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации / авт.-сост. Н. Н. Шапцева. Учитель, 2019. - 184 с.

Подвижные игры: 1-4 классы. / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. -М: ВАКО, 2017. - 176 с. - (Мозаика детского отдыха).

Электронные ресурсы:

[www.shkolnik.ru](http://www.shkolnik.ru)

[www.vaco.ru](http://www.vaco.ru)

[www.academkniga.ru](http://www.academkniga.ru)

[www.proshkolu.ru](http://www.proshkolu.ru)