

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа с. Падовка муниципального района  
Пестравский Самарской области**

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

\_\_\_\_\_  
Павлова Н.В.  
Протокол № 1 от  
«30» августа 2023г.г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по учебной  
работе

\_\_\_\_\_  
Павлова Е.В.  
«30» августа 2023г.г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

\_\_\_\_\_  
Железникова В.Е.  
Приказа №82/1- о/д от  
«30» августа 2023г.г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Внеурочной деятельности «Подвижные игры»**

**Возраст 7-10 лет**

**с.Падовка 2023г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Подвижные игры» имеет **спортивно-оздоровительную направленность**. Данная программа реализуется в ГБОУ СОШ с. Падовка и служит для организации внеурочной деятельности младших школьников. **Актуальность программы** в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС. **Новизна данной программы** заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия русского народа. Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению. В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений. Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры. Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности. Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях. Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение. Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

**Целесообразность программы** «Подвижные игры» заключается в том, что занятия способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках. **Занятия проводятся** на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

## **Цели программы:**

- здоровьесбережение младших школьников
- развитие ловкости, быстроты, силы;
- освоение культурного наследия русского народа.

## **Задачи:**

### Образовательные:

- формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- формирование интереса к народному творчеству;
- расширение кругозора младших школьников.

### Развивающие:

- развитие познавательного интереса к русским народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

### Воспитательные:

- воспитание чувства коллективизма;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Программа рассчитана на 135 часов и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям и проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками (1 ч в неделю). 1 класс - 33 часа, 2 класс - 34 часа, 3 класс - 34 часа, 4класс - 34 часа.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования ФГОС данная рабочая программа для 1 - 4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов

### **Личностные универсальные учебные действия**

У выпускника будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе,

ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;

- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;

- учебно-познавательный интерес к новому материалу и способам решения новой задачи;

- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;

- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;

- основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие;

- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;

- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;

### **Регулятивные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;

- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

- различать способ и результат действия;

### **Познавательные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;

- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;

- строить сообщения в устной и письменной форме;

- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;

- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;

- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;

- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;

- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;

- устанавливать аналогии;

- владеть рядом общих приёмов решения задач.

## **Коммуникативные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- 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;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи;
- активно играть, самостоятельно и с удовольствием;
- в любой игровой ситуации самим 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, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

Выпускник получит возможность узнать:

- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
  - о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
  - об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаляющих процедур, профилактике нарушения осанки;
  - о причинах травматизма и правилах его предупреждения; уметь:
- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
  - уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

### Ожидаемый результат:

- у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движения; - младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
- умение работать в коллективе.

В результате работы дети должны иметь представление:

- Об историческом наследии русского народа и русских народных подвижных игр;
- О традициях русских народных праздников;
- О культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

должны знать:

- Историю возникновения подвижных игр;
- Правила проведения игр, эстафет и праздников;
- Основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- Правила поведения во время игры.
- О системе дыхания. работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- О причинах травматизма и правилах его предупреждения;

должны уметь:

- Выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- Проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- Владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- Применять игровые навыки в жизненных ситуациях.
- Составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- Организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- Уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

научатся:

- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим 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, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

будут уметь:

- применять и выполнять правила игры;
- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятия

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Программа представлена пятью блоками: народные игры, игры на внимание, игры со скакалкой, подвижные игры, спортивные игры.

### Основные разделы программы

| №   | Название раздела  | Общее количество часов |           |
|-----|-------------------|------------------------|-----------|
|     |                   | 1 класс                | 2-4 класс |
| 1   | "Подвижные игры"  | 33                     | 34        |
| 1.1 | Народные игры     | 8                      | 8         |
| 1.2 | Игры на внимание  | 6                      | 6         |
| 1.3 | Игры со скакалкой | 2                      | 2         |
| 1.4 | Подвижные игры    | 14                     | 14        |
| 1.5 | Спортивные игры   | 3                      | 4         |

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Детям 6-7 лет присуще постоянно находиться в движении, поэтому учебный материал в этих классах простой и легко запоминающийся. Он позволяет детям удовлетворить их потребность в движении. А вот для обучающихся 8-10 лет, помимо движения, нужен еще и занимательный материал. Знакомясь с историей и

играми различных народов, они не только развиваются физически, но еще и развивают свой кругозор.

Мы должны стремиться к тому, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь здоровых, уравновешенных физически и нравственно людей.

#### «Народные игры»

Народные игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. В народных играх много юмора, шуток, соревновательного задора: движения точны и образны, часто сопровождаются считалками, потешками, веселыми моментами. Игровая ситуация увлекает и воспитывает детей, а действия требуют от детей умственной деятельности. Цели: познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Провести знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны, толерантность при общении в коллективе.

#### «Игры на внимание»

Цели: развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей.

#### «Игры со скакалкой»

Скакалка применяется повсеместно для основа при физической подготовке (ОФП). Цель: развитие выносливости, координации, быстроты реакции, крупной моторики. Развивать умение выполнять движения по сигналу

### **«Подвижные игры»**

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения).

Цели: совершенствовать координацию движений. Развивать быстроту реакции, сообразительность, внимание, умение действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

### **«Спортивные игры»**

Подвижные игры на материале спортивных игр.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола

Цели: познакомить с правилами спортивных игр. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 1 КЛАСС

| № п/п                      | Тема и форма проведения занятия                                                    | Колв очас. | ЦОР/ЭОР                                                                                                                   |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Народные игры (8часов)     |                                                                                    |            |                                                                                                                           |
| 1                          | Какие бывают игры. Русская народная игра «Зайцы в огороде»                         | 1          | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>                                           |
| 2                          | Правила игры. Обязательны ли они для всех? Русская народная игра «Гуси - лебеди»». | 1          | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Bi2J7Tvt6f">https://www.youtube.com/watch?v=Bi2J7Tvt6f</a>                       |
| 3                          | Русская народная игра «Ловишка в кругу»                                            | 1          | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg">https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg</a>                     |
| 4                          | Русская народная игра «Пчёлки и ласточка».                                         | 1          |                                                                                                                           |
| 5                          | Русская народная игра «Обыкновенные жмурки»                                        | 1          |                                                                                                                           |
| 6                          | Русская народная игра «Палочка - выручалочка»                                      | 1          |                                                                                                                           |
| 7                          | Русская народная игра «Караси и щука»                                              | 1          |                                                                                                                           |
| 8                          | Русская народная игра «Белые медведи»»                                             | 1          |                                                                                                                           |
| Игры на внимание (6 часов) |                                                                                    |            |                                                                                                                           |
| 9                          | Игра на внимание «Смена сторон»                                                    | 1          | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>                                           |
| 10                         | Игра на развитие внимания «Запомни движение»                                       | 1          | <a href="https://youtu.be/iV60INLYWLc">https://youtu.be/iV60INLYWLc</a>                                                   |
| 11                         | Игра на внимание «Вызов номеров»                                                   | 1          |                                                                                                                           |
| 12                         | Игры на внимание «Запрещённое движение», «Запомни порядок».                        | 1          |                                                                                                                           |
| 13                         | Игра «Три движения», «Узнай, чей голосок»                                          | 1          |                                                                                                                           |
| 14                         | Игра «Маляр и краски»                                                              | 1          |                                                                                                                           |
| Игры со скакалкой (2 часа) |                                                                                    |            |                                                                                                                           |
| 15                         | Игры со скакалкой. «Рыбаки и рыбки»                                                | 1          | <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/</a> |
| 16                         | Эстафеты со скакалкой.                                                             | 1          |                                                                                                                           |
| Подвижные игры (14 часов)  |                                                                                    |            |                                                                                                                           |
| 17                         | Игра «Большой мяч».                                                                | 1          | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>                                           |
| 18                         | Игра с мячом «Бездомный заяц».                                                     | 1          | <a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg</a>                       |
| 19                         | Весёлые старты с мячом.                                                            | 1          |                                                                                                                           |
| 20                         | Игры с мячом. Эстафета «Озорные мячики»                                            | 1          |                                                                                                                           |
| 21                         | Игра с прыжками «Прыжки кругом»                                                    | 1          |                                                                                                                           |
| 22                         | Игры на меткость. «Стрельба по мишеням. «Броски снежков»                           | 1          | <a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg</a>                       |
| 23                         | Игра «Успей поймать».                                                              | 1          |                                                                                                                           |
| 24                         | Игра «Бег по следам»»                                                              | 1          |                                                                                                                           |
| 25                         | Игра «Мяч в воздухе»                                                               | 1          |                                                                                                                           |
| 26                         | Игра «Собачки»                                                                     | 1          |                                                                                                                           |
| 27                         | Игра «Передал - садись»                                                            | 1          |                                                                                                                           |
| 28                         | Игра «Сторож и воробыи»                                                            | 1          |                                                                                                                           |
| 29                         | Игра «Медведи и пчёлы»                                                             | 1          |                                                                                                                           |
| 30                         | Игра «Куры в огороде»                                                              | 1          |                                                                                                                           |
| Спортивные игры (3 часа)   |                                                                                    |            |                                                                                                                           |
| 31                         | Футбол                                                                             | 1          | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>                                           |
| 32                         | Пионербол по упрощённым правилам.                                                  | 1          |                                                                                                                           |
| 33                         | Пионербол по упрощённым правилам.                                                  | 1          |                                                                                                                           |
| ИТОГО 33ч                  |                                                                                    |            |                                                                                                                           |

## 2 КЛАСС

| №п/п                       | Тема и форма проведения занятия                                                 | Кол-во ч. | ЦОР/ЭОР                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Народные игры (8часов)     |                                                                                 |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 1                          | Какие бывают игры. Русская народная игра «Без соли соль»,                       | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a><br><br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg">https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg</a>                                                                                                                                                                                     |
| 2                          | Правила игры. Обязательны ли они для всех? Русская народная игра «Волки и овцы. | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 3                          | Русская народная игра «Ловишка в кругу»                                         | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 4                          | Русская народная игра «Пчёлки и ласточка».                                      | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 5                          | Русская народная игра «Обыкновенные жмурки»                                     | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 6                          | Русская народная игра «Чижик»                                                   | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 7                          | Русская народная игра «Караси и щука»                                           | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 8                          | Русская народная игра «Светофор»,                                               | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Игры на внимание (6 часов) |                                                                                 |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 9                          | Игра на внимание «Хвост дракона»                                                | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a><br><br><a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg</a>                                                                                                                                                                                       |
| 10                         | Игра на развитие внимания «Запомни движение»                                    | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 11                         | Игра на внимание «Кто боится колдуна?»                                          | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 12                         | Игры на внимание «Запрещённое движение», «Запомни порядок».                     | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 13                         | Игра «Три движения», «Птица и клетка»                                           | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 14                         | Игра «Маляр и краски»                                                           | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Игры со скакалкой (2 часа) |                                                                                 |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 15                         | Игры со скакалкой. «Колечко»                                                    | 1         | <a href="https://vk.com/video-69570029_456239187">https://vk.com/video-69570029_456239187</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 16                         | Эстафеты со скакалкой.                                                          | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Подвижные игры (14 часов)  |                                                                                 |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 17                         | Игра «Большой мяч».                                                             | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a><br><a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg</a><br><br><a href="https://youtu.be/iV60INLYWLc">https://youtu.be/iV60INLYWLc</a><br><br><a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg</a> |
| 18                         | Игра с мячом «Бездомный волк».                                                  | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 19                         | Весёлые старты с мячом.                                                         | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 20                         | Игры с мячом. Эстафета «Весёлые мячики»                                         | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 21                         | Игра с прыжками «Прыжки кругом»                                                 | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 22                         | Игры на меткость. «Стрельба по мишеням. «Броски снежков»                        | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 23                         | Игра «Успей поймать».                                                           | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 24                         | Игра «Бег по следам»»                                                           | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 25                         | Игра «Мяч в воздухе»                                                            | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 26                         | Игра «Блуждающий мяч»                                                           | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 27                         | Игра «Передал - садись»                                                         | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 28                         | Игра «Сторож и воробьи»                                                         | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 29                         | Игра «Медведи и пчёлы»                                                          | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 30                         | Игра «Куры в огороде»                                                           | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Спортивные игры (4 часа)   |                                                                                 |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 31                         | Футбол - весёлые старты. Футбольные эстафеты.                                   | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 32                         | Весёлые старты с элементами баскетбола.                                         | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 33                         | Пионербол по упрощённым правилам.                                               | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 34                         | Праздник "Здравствуй лето"                                                      | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| ИТОГО 34ч                  |                                                                                 |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |

### 3 КЛАСС

| №п/п                       | Тема и форма проведения занятия                                                    | Кол-во ч. | ЦОР/ЭОР                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Народные игры (8часов)     |                                                                                    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 1                          | Какие бывают игры. Игра «Зайцы в огороде», "Ляпы"                                  | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a><br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=Bi2J7Tvt6fE">https://www.youtube.com/watch?v=Bi2J7Tvt6fE</a><br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg">https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg</a><br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg">https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg</a> |
| 2                          | Правила игры. Обязательны ли они для всех? Русская народная игра «Гуси - лебеди»». | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 3                          | Русская народная игра «Ловишка в кругу»                                            | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 4                          | Русская народная игра «Пчёлки и ласточка».                                         | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 5                          | Русская народная игра «Обыкновенные жмурки»                                        | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 6                          | Русская народная игра «Палочка - выручалочка»                                      | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 7                          | Русская народная игра «Караси и щука»                                              | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 8                          | Русская народная игра «Белые медведи»»                                             | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Игры на внимание (6 часов) |                                                                                    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 9                          | Игра на внимание «Смена сторон»                                                    | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a><br><a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDSfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDSfg</a>                                                                                                                                                                                                                     |
| 10                         | Игра на развитие внимания «Запомни движение»                                       | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 11                         | Игра на внимание «Вызов номеров»                                                   | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 12                         | Игры на внимание «Запрещённое движение», «Запомни порядок».                        | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 13                         | Игра «Три движения», «Узнай, чей голосок»                                          | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 14                         | Игра «Маляр и краски»                                                              | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Игры со скакалкой (2 часа) |                                                                                    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 15                         | Игры со скакалкой. «Рыбаки и рыбки»                                                | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a><br><a href="https://vk.com/video-69570029_456239187">https://vk.com/video-69570029_456239187</a>                                                                                                                                                                                                                           |
| 16                         | Эстафеты со скакалкой.                                                             | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Подвижные игры (14 часов)  |                                                                                    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 17                         | Игра «Большой мяч».                                                                | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a><br><a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDSfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDSfg</a><br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg">https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg</a>                                                                                                            |
| 18                         | Игра с мячом «Бездомный заяц».                                                     | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 19                         | Весёлые старты с мячом.                                                            | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 20                         | Игры с мячом. Эстафета «Озорные мячики»                                            | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 21                         | Игра с прыжками «Прыжки кругом»                                                    | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 22                         | Игры на меткость. «Стрельба по мишеням. «Броски снежков»                           | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 23                         | Игра «Успей поймать».                                                              | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 24                         | Игра «Бег по следам»»                                                              | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 25                         | Игра «Мяч в воздухе»                                                               | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 26                         | Игра «Собачки»                                                                     | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 27                         | Игра «Передал - садись»                                                            | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 28                         | Игра «Сторож и воробьи»                                                            | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 29                         | Игра «Медведи и пчёлы»                                                             | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 30                         | Игра «Куры в огороде»                                                              | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Спортивные игры (4 часа)   |                                                                                    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 31                         | Весёлые старты с элементами футбола.                                               | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a><br><a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDSfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDSfg</a>                                                                                                                                                                                                                     |
| 32                         | Весёлые старты с элементами баскетбола                                             | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 33                         | Пионербол по упрощённым правилам.                                                  | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 34                         | Спортивный праздник «Мир народных игр»                                             | 1         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| ИТОГО 34ч                  |                                                                                    |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

#### 4 КЛАСС

| №п\п                       | Тема и форма проведения занятия                                                      | Кол-во ч. | ЦОР/ЭОР                                                                                               |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Народные игры (8часов)     |                                                                                      |           |                                                                                                       |
| 1                          | Какие бывают игры.<br>Русская народная игра "Щука",                                  | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>                       |
| 2                          | Правила игры. Обязательны ли они для всех?<br>Русская народная игра "Третий лишний". | 1         | <a href="https://youtu.be/sM_fw1m4JOE">https://youtu.be/sM_fw1m4JOE</a>                               |
| 3                          | Русская народная игра «Ловишка в кругу»                                              | 1         | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg">https://www.youtube.com/watch?v=x2rZ7OzTLRg</a> |
| 4                          | Русская народная игра «Водяной».                                                     | 1         |                                                                                                       |
| 5                          | Русская народная игра «Ловушка и цапля»                                              | 1         |                                                                                                       |
| 6                          | Русская народная игра «Чижик»                                                        | 1         |                                                                                                       |
| 7                          | Русская народная игра «Караси и щука»                                                | 1         |                                                                                                       |
| 8                          | Русская народная игра «Светофор»,                                                    | 1         |                                                                                                       |
| Игры на внимание (6 часов) |                                                                                      |           |                                                                                                       |
| 9                          | Игра на внимание «Хвост дракона»                                                     | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>                       |
| 10                         | Игра на развитие внимания «Запомни движение»                                         | 1         | <a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg</a>   |
| 11                         | Игра на внимание «Кто боится колдуна?»                                               | 1         |                                                                                                       |
| 12                         | Игры на внимание «Запрещённое движение», «Запомни порядок».                          | 1         |                                                                                                       |
| 13                         | Игра "Северный и южный ветер"                                                        | 1         |                                                                                                       |
| 14                         | Игра «Маляр и краски»                                                                | 1         |                                                                                                       |
| Игры со скакалкой (2 часа) |                                                                                      |           |                                                                                                       |
| 15                         | Игры со скакалкой. "Прыгуны", "Лошади"                                               | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>                       |
| 16                         | Эстафеты со скакалкой                                                                | 1         | <a href="https://vk.com/video-69570029_456239187">https://vk.com/video-69570029_456239187</a>         |
| Подвижные игры (14 часов)  |                                                                                      |           |                                                                                                       |
| 17                         | Игра «Большой мяч».                                                                  | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>                       |
| 18                         | Игра с мячом «Бездомный волк».                                                       | 1         | <a href="https://vk.com/video-69570029_456239187">https://vk.com/video-69570029_456239187</a>         |
| 19                         | Весёлые старты с мячом.                                                              | 1         |                                                                                                       |
| 20                         | Игры с мячом. Эстафета «Весёлые мячики»                                              | 1         | <a href="https://youtu.be/iV60INLYWLc">https://youtu.be/iV60INLYWLc</a>                               |
| 21                         | Игра с прыжками «Прыжки кругом»                                                      | 1         |                                                                                                       |
| 22                         | Игры на меткость. «Стрельба по мишеням. «Броски снежков»                             | 1         | <a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg</a>   |
| 23                         | Игра «Лиса в курятнике».                                                             | 1         |                                                                                                       |
| 24                         | Игра «Бег по следам»»                                                                | 1         | <a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg</a>   |
| 25                         | Игра «Мяч в воздухе»                                                                 | 1         |                                                                                                       |
| 26                         | Игра «Блуждающий мяч"                                                                | 1         |                                                                                                       |
| 27                         | Игра «Передал - садись»                                                              | 1         |                                                                                                       |
| 28                         | Игра «Сторож и воробы»                                                               | 1         |                                                                                                       |
| 29                         | Игра «Медведи и пчёлы»                                                               | 1         |                                                                                                       |
| 30                         | Игра «Куры в огороде»                                                                | 1         |                                                                                                       |
| Спортивные игры (4 часа)   |                                                                                      |           |                                                                                                       |
| 31                         | Весёлые старты с элементами футбола                                                  | 1         | <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>                       |
| 32                         | Весёлые старты с элементами баскетбола                                               | 1         | <a href="http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg">http://www.youtube.com/watch?v=ZZHeJTBDsfg</a>   |
| 33                         | Пионербол по упрощённым правилам                                                     | 1         |                                                                                                       |
| 34                         | Спортивный праздник «Здравствуй лето»                                                | 1         |                                                                                                       |
| ИТОГО 34ч                  |                                                                                      |           |                                                                                                       |

