

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Лицей №1 г.Усмань Липецкая область

имени Героя Советского Союза Б.А. Котова»

ПРИНЯТО
педагогическим советом
(протокол от 31. 08. 2023 г. №13)

УТВЕРЖДЕНО
приказом от 31.08. 2023 г. № 95



**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для 1–4 -х классов**

Срок реализации программы – 1 год

г. Усмань,
2023 г.

1. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Первый уровень результатов представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

Второй уровень результатов организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

Третий уровень результатов находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

2.Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности 1 класс

№ п\п	Тема	Форма организации деятельности	Виды деятельности
Игры на взаимодействие между учащимися (10 ч.)			
1. 1.	Вводное теоретическое занятий	Беседа	Знакомство с теорией возникновения физической культуры и спорта.
2.	Игры с элементами легкой атлетики «Метатели»	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность. Подвижная игра
3.	Линейная эстафета.	Эстафета	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
4.	Игра «Пустое место»	Игра	Строевые команды «равняйсь», «смирно». Разминка в движении. Подвижная игра
5.	Игра «Салки-приседалки»	Игра	. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
6.	Игра «Салки с домом»	Игра	. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
7.	Игра « У ребят порядок строгий»	Игра	Строевые команды «равняйсь», «смирно». Разминка в движении. Подвижная игра
8.	Игра «К своим флажкам»	Игра	Строевые команды «равняйсь», «смирно». Разминка в движении. Подвижная игра

9.	Игра «У медведя во бору»	Игра	Упражнения со стихотворным сопровождением. Подвижная игра
10.	Игра «Прыгающие воробушки»	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Подвижная игра
Игры, содействующие развитию двигательных качеств (12 ч.)			
11.	Игра «Волк во рву»	Игра	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра
12.	Веселые старты «Лабиринт»	Соревнования	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
13.	Игра «День и ночь»	Игра	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра
14.	Игра «Прыжки по полосам»	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Подвижная игра
15.	Игра «Отгадай, кто подходил?»	Игра	Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры. Подвижная игра
16.	Игра «Играй, играй, мяч не теряй»	Игра	. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
17.	Игра «Слепой и зрячий»	Игра	Упражнения у гимнастической стенки. Подвижная игра
18.	Игры с применением прыжков в длину и высоту с прямого разбега .	Игра	Передвижение и выполнение

			упражнений с разным темпом и ритмом. Подвижная игра
19. 1.	Игра «Холодно-горячо»	Игра	Строевые команды «равняйсь», «смирно». Разминка в движении. Подвижная игра
20.	Викторина «В мире спорта»	Викторина	Рассказ об Олимпийских играх - символика и традициях.
21.	Игра «Море волнуется!»	Игра	Упражнения со стихотворным сопровождением. Подвижная игра
22.	Игра «Птицы, на гнезда!»	Игра	. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
Игры с элементами легкой атлетики (9 ч.)			
23.	Игра «Гусек»	Игра	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, Подвижная игра
24.	Игра «Исправь осанку»	Игра	Упражнения у гимнастической стенки. Подвижная игра
25.	Игры на согласованность движений с музыкой	Игра	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения; упражнения со стихотворным сопровождением. Подвижная игра
26.	Игра «Осенний лес»	Игра	Упражнения со стихотворным сопровождением. Подвижная игра
27.	Игры с обручами	Игра	. Разминка в движении по кругу. Подвижная игра

			игра
28.	Игра «Верёвочка под ногами»	Игра	Разминка со скакалками, прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, Подвижная игра
29.	Игра «Два Мороза»	Игра	Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры. Подвижная игра
30.	Эстафета с мячом	Эстафета	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность. Упражнения с мячами в парах.
31.	Игра «Защита укрепления»	Игра	Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра
Игры с элементами ритмической гимнастики (2 ч.)			
32.	Игра «Перевозка груза»	Игра	Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры. Подвижная игра
33.	Игра – соревнование «Не уступлю !»	Игра	Строевые команды «равняйся», «смирно». Разминка в движении. Подвижная игра

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности 2 класс

№ п\п	Тема	Форма организации деятельности	Виды деятельности
1. 1.	Игры на взаимодействие между учащимися .10ч Игра «У ребят порядок строгий»	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Подвижная игра
2.	Игра «Водяной»	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность. Подвижная игра
3.	Игра «Мы веселые ребята»	Игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
4.	Игра «Гуси- лебеди»	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Подвижная игра
5.	Соревнование скороходов	Соревнования	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
6.	Игра «Волк во рву»	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Подвижная игра
7.	Игра «К своим флажкам»	игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
8.	Игра «Кто быстрее встанет в круг»	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность. Подвижная игра
9.	Эстафета с мячами	Эстафета	Разминка в движении по кругу.
10.	Игра «Птицы и клетка»	Игра	Упражнения со стихотворным

			сопровождением. Подвижная игра
11.	Игры, содействующие развитию двигательных качеств.9ч. Игра «Угадай, кто»	Игра	Упражнения у гимнастической стенки. Подвижная игра
12.	Эстафета зверей	Эстафета	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
13.	Игра «Бегуны и метатели»	Игра	Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра
14.	Игра «Стой!»	Игра	Упражнения у гимнастической стенки. Подвижная игра
15.	Игра «Веселые музыканты»	Игра	Упражнения со стихотворным сопровождением. Подвижная игра
16.	Игра «Совушка»	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом Подвижная игра
17.	Игра «Охотники и утки»	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность.
18.	Эстафета со скакалками	Эстафета	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
19. 1.	Игра «Паровозик»	Игра	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения. Подвижная игра
20.	Игры с элементами легкой атлетики.4ч. Игра «Салки»	Игра	Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра
21.	Игра «Вышибалы»	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого

			мяча на точность. Подвижная игра
22.	Игра «Воробьи и вороны»	Игра	Разминка, направленная на развитие коор- динации движений. Подвижная игра
23.	Игра «Прыгующие воробушки»»	Игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
24.	Игры с элементами ритмической гимнастики.3ч. Игра . «Прыжки по кочкам»	Игра	Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра
25.	Эстафета «Кенгуру»	Эстафета	Разминка, направленная на развитие коор- динации движений.
26.	Игра «Подвижная цель»	Игра	Упражнения со стихотворным сопровождением. Подвижная игра
27.	Игры с элементами спортивных игр.3ч. Игра «Мишки и шишки»»	Игра	Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры. Подвижная игра
28.	Игра «Парашютисты»	Игра	Разминка, направленная на развитие коор- динации движений. Подвижная игра
29.	Игра «Альпинисты»	Игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
30.	Игры по выбору детей.5ч. Игры по выбору детей, с элементами легкой атлетики.	Соревнования	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
31.	Игры по выбору детей, с элементами ритмической гимнастики	Соревнования	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового

			упражнения;
32.	Игры по выбору детей,с элементами спортивных игр	Соревнования	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
33.	Резервный урок		
34.	Резервный урок		

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности 3 класс

№ п\п	Тема	Форма организации деятельности	Виды деятельности
1. 1.	Беседа по т.б., знакомство с правилами подвижных игр.	Беседа	Раздел № 1 на всех занятиях: Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности.
2.	«Часы пробили...», «Разведчики»	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность. Подвижная игра
3.	«Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д	Игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
4.	Воробьи- вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы»	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Подвижная игра
5.	: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов»	Соревнования	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
6.	«Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты»,	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Подвижная игра
7.	«Попади в мишень», «Зевака», «Квач».	игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
8.	«Падающая палка», «Гуси», «Горелка»	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность. Подвижная игра
9.	«Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д	Эстафета	Разминка в движении по кругу.
10.		Игра	Упражнения со стихотворным

			сопровождением. Подвижная игра
11.	Игры, содействующие развитию двигательных качеств.9ч.: «Попади в мишень»,	Игра	Упражнения у гимнастической стенки. Подвижная игра
12.	: «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка» и т.д.	Эстафета	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
13.	Скакалочка - выручалочка. Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»	Игра	Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра
14.	Подвижная игра «Лиса и цыплята»	Игра	Упражнения у гимнастической стенки. Подвижная игра
15.	«Бомбардировка» , «Перестрелка»	Игра	Упражнения со стихотворным сопровождением. Подвижная игра
16.	«Охотники и утки», «Сумей догнать»	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом Подвижная игра
17.	«Братишка спаси», «Перестрелка»	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность.
18.	«Пионербол»	Эстафета	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
19. 1.	«Пионербол»	Игра	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения. Подвижная игра
20.	Игры с элементами легкой атлетики.4ч. «Рыбаки и рыбки»	Игра	Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра
21.	«Пионербол» Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на

			точность. Подвижная игра
22.	«Пионербол» Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.	Игра	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра
23.	«Пионербол»	Игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
24.	Игры с элементами ритмической гимнастики.3ч.	Игра	Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра
25.	«Пионербол» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	Эстафета	Разминка, направленная на развитие координации движений.
26.	«Пионербол» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	Игра	Упражнения со стихотворным сопровождением. Подвижная игра
27.	Игры с элементами спортивных игр.3ч. Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	Игра	Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры. Подвижная игра
28.	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	Игра	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра
29.	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	Игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
30.	Игры по выбору детей.5ч. Игра «Бомбардировка» , «Перестрелка»	Соревнования	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
31.	Игра «Бомбардировка» , «Перестрелка»	Соревнования	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
32.	Игра «Пионербол»	Соревнования	Обучение передвижению в колонне;

			выполнение игрового упражнения;
33.	Игра «Пионербол»		
34.	Игра «Пионербол»		

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности 4 класс

№ п\п	Тема	Форма организации деятельности	Виды деятельности
1. 1.	Беседа по т.б., знакомство с правилами подвижных игр.	Беседа	Раздел № 1 на всех занятиях: Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности.
2.	«Бег командами». Игра «Мешочек».	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность. Подвижная игра
3.	«Городок». Игра «Русская лапта	Игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
4.	«Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Подвижная игра
5.	Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».	Соревнования	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
6.	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом. Подвижная игра
7.	«Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».	игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
8.	Мяч – соседу». Игра «Охотники».	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность. Подвижная игра
9.	«Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».	Эстафета	Разминка в движении по кругу.
10.	«Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».Игра «Мяч в центре».	Игра	Упражнения со стихотворным

			сопровождением. Подвижная игра
11.	Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок	Игра	Упражнения у гимнастической стенки. Подвижная игра
12.	«Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».	Эстафета	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
13.	«Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».	Игра	Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра
14.	«Карусели». Игра «Тропка».	Игра	Упражнения у гимнастической стенки. Подвижная игра
15.	«Ловушка». Игра «Капканы».	Игра	Упражнения со стихотворным сопровождением. Подвижная игра
16.	Разучивание рифм для проведения игр.	Игра	Передвижение и выполнение упражнений с разным темпом и ритмом Подвижная игра
17.	«Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на точность.
18.	. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».	Эстафета	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
19. 1.	Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».	Игра	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения. Подвижная игра
20.	«Ориентирование без карты». Игра «Садовник».	Игра	Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра
21.	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.	Игра	Разминка с малыми мячами, метание малого мяча на

	Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение		точность. Подвижная игра
22.	«Снежком по мячу». Игра «Пустое место».	Игра	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра
23.	«Кто дальше»	Игра	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
24.	Игра «Быстрый лыжник».	Игра	Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра
25.	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.	Эстафета	Разминка, направленная на развитие координации движений.
26.	«Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	Игра	Упражнения со стихотворным сопровождением. Подвижная игра
27.	Эстафета с лазанием и перелезанием,	эстафета	Разминка с обручами в движении, круговая тренировка, подвижные игры. Подвижная игра
28.	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	эстафета	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра
29.	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	эстафета	Разминка в движении по кругу. Подвижная игра
30.	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.	Соревнования	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
31.	Разучивание народных игр. Игра "Салки".	игра	Обучение передвижению в колонне; выполнение игрового упражнения;
32.	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	игра	Обучение передвижению в колонне; выполнение

			игрового упражнения;
33.	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	игра	
34.	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	игра	

1 класс

**Тематическое планирование
33 часа (1 раз в неделю)**

№ п\п	Тема занятия	Кол- во часов
1	Вводное теоретическое занятий	1
2	Игры с элементами легкой атлетики «Метатели»	1
3	Линейная эстафета.	1
4	Игра «Пустое место»	1
5	Игра «Салки-приседалки»	1
6	Игра «Салки с домом»	1
7	Игра « У ребят порядок строгий»	1
8	Игра «К своим флажкам»	1
9	Игра «У медведя во бору»	1
10	Игра «Прыгающие воробушки»	1
11	Игра «Волк во рву»	1
12	Веселые старты «Лабиринт»	1
13	Игра «День и ночь»	1
14	Игра «Прыжки по полосам»	1
15	Игра «Отгадай, кто подходил?»	1
16	Игра «Играй, играй, мяч не теряй»	1
17	Игра «Слепой и зрячий»	1
18	Игры с применением прыжков в длину и высоту с прямого разбега .	1
19	Игра «Холодно-горячо»	1
20	Викторина «В мире спорта»	1
21	Игра «Море волнуется!»	1
22	Игра «Птицы, на гнезда!»	1
23	Игра «Гусек»	1
24	Игра «Исправь осанку»	1
25	Игры на согласованность движений с музыкой	1
26	Игра «Осенний лес»	1

27	Игры с обручами	1
28	Игра «Верёвочка под ногами»	1
29	Игра «Два Мороза»	1
30	Эстафета с мячом	1
31	Игра «Защита укрепления»	1
32	Игра «Перевозка груза»	1
33	Игра – соревнование «Не уступлю !»	1

2 класс
Тематическое планирование
34 часа (1 раз в неделю)

№ п\п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Игра «У ребят порядок строгий»	1
2	Игра «Водяной»	1
3	Игра «Мы веселые ребята»	1
4	Игра «Гуси- лебеди»	1
5	Соревнование скороходов	1
6	Игра «Волк во рву»	1
7	Игра «К своим флажкам»	1
8	Игра «Кто быстрее встанет в круг»	1
9	Эстафета с мячами	1
10	Игра «Птицы и клетка»	1
11	Игра «Угадай, кто»	1
12	Эстафета зверей	1
13	Игра «Бегуны и метатели»	1
14	Игра «Стой!»	1
15	Игра «Веселые музыканты»	1
16	Игра «Совушка»	1
17	Игра «Охотники и утки»	1
18	Эстафета со скакалками	1
19	Игра «Паровозик»	1
20	Игра «Салки»	1
21	Игра «Вышибалы»	1
22	Игра «Воробьи и вороны»	1
23	Игра «Прыгущие воробушки»»	1
24	Игра . «Прыжки по кочкам»	1
25	Эстафета «Кенгуру»	1

26	Игра «Подвижная цель»	1
27	Игра «Мишки и шишки»»»	1
28	Игра «Парашютисты»	1
29	Игра «Альпинисты»	1
30	Игры по выбору детей, с элементами легкой атлетики.	1
31	Игры по выбору детей, с элементами ритмической гимнастики	1
32	Игры по выбору детей,с элементами спортивных игр	1
33	Резервный урок	1
34	Резервный урок	1

Зкласс

Тематическое планирование

№ п\п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Беседа по т.б., знакомство с правилами подвижных игр.	1
2	«Часы пробили...», «Разведчики»	1
3	«Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д	1
4	Воробьи- вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы»	1
5	: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов»	1
6	«Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты»,	1
7	«Попади в мишень», «Зевака», «Квач».	1
8	«Падающая палка», «Гуси», «Горелка»	1
9	«Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д	1
10		1
11	«Попади в мишень»,	1
12	«Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка» и т.д.	1
13	Скакалочка - выручалочка. Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»	1
14	Подвижная игра «Лиса и цыплята»	1
15	«Бомбардировка» , «Перестрелка»	1
16	«Охотники и утки», «Сумей догнать»	1
17	«Братишка спаси», «Перестрелка»	1
18	«Пионербол»	1
19	«Пионербол»	1
20	«Рыбаки и рыбки»	1
21	«Пионербол» Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.	1
22	«Пионербол» Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.	1
23	«Пионербол»	1

24	Пионербол»	1
25	«Пионербол» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	1
26	«Пионербол» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	1
27	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	1
28	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	1
29	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	1
30	Игра «Бомбардировка» , «Перестрелка»	1
31	Игра «Бомбардировка» , «Перестрелка»	1
32	Игра «Пионербол»	1
33	Игра «Пионербол»	1
34	Игра «Пионербол»	1
		34 часа

4 класс

**Тематическое планирование
34 часа (1 раз в неделю)**

№ П/П	Тема занятия	Ко л- во ча со в
1	Беседа по т.б., знакомство с правилами подвижных игр.	1
2	«Бег командами». Игра «Мешочек».	1
3	«Городок». Игра «Русская лапта	1
4	«Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».	1
5	Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».	1
6	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах	1
7	«Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».	1
8	Мяч – соседу». Игра «Охотники».	1
9	«Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».	1
10	«Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».Игра «Мяч в центре».	1
11	Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок	1
12	«Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».	1
13	«Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».	1
14	«Карусели». Игра «Тропка».	1
15	«Ловушка». Игра «Капканы».	1
16	Разучивание рифм для проведения игр.	1
17	«Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».	1
18	. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».	1
19	Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».	1
20	«Ориентирование без карты». Игра «Садовник».	1
21	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение	1
22	«Снежком по мячу». Игра «Пустое место».	1
23	«Кто дальше»	1

24	Игра «Быстрый лыжник».	1
25	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.	1
26	«Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	1
27	Эстафета с лазанием и перелезанием,	1
28	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1
29	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1
30	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.	1
31	Разучивание народных игр. Игра "Салки".	1
32	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	1
33	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	1
34	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	1