

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Самарской области**

**Центральное управление министерства образования и науки Самарской области**

**ГБОУ СОШ с. Подстепки**

**РАССМОТРЕНО**

На заседании МО  
начальных классов

Руководитель МО  
\_\_\_\_\_/О.В.Делимова

Протокол №1 от  
28.08.2023г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по  
УВР

\_\_\_\_\_/Т.В. Разумовская  
29.08.2023г.

**УТВЕРЖДЕНО**

директор ГБОУ СОШ  
с.Подстепки

\_\_\_\_\_/А.Е. Семенов  
Приказ №174-ОД от  
30.08.2023г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**«Динамическая пауза»**

для обучающихся 1-4 классов

**с.Подстепки 2023г.**

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Динамическая пауза» разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами и методическими материалами федерального и регионального уровня:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 № 286;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 18.07.2022г. № 569 «О внесении изменений в федеральный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021г. № 286» ;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022г. ТВ – 1290/03 «О направлении методических рекомендаций»;
- Приказ Минпросвещения России от 18.05.2023 N 372 "Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 12.07.2023 N 74229);
- с учётом рабочей программы воспитания ГБОУ СОШ с.Подстепки;
- ООП НОО ГБОУ СОШ с.Подстепки;
- На основе Устава ГБОУ СОШ с.Подстепки;
- Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- На основе программы воспитания (автор Бессчетный Д.Н., «Подвижные игры»).

Приоритетная **цель** программы внеурочной деятельности «Динамическая пауза» — воспитание у учащихся основ здорового образа жизни посредством подвижных игр.

Достижение заявленной цели определяется особенностями курса и решением следующих **задач**:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- формировать гармонически развитую, активную личность, сочетающую в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство;
- содействовать всестороннему развитию личности, приобщать к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать ловкость, инициативу, быстроту реакции, сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание и эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Планируемые результаты включают личностные, предметные и метапредметные

результаты за период обучения.

Ожидаемый результат:

- укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни;
- развитие умений работать в коллективе;
- формирование у детей уверенности в своих силах;
- умение применять игры самостоятельно.

## **2. МЕСТО ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ДИНАМИЧЕСКАЯ ПАУЗА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Программа внеурочной деятельности «Динамическая пауза» рассчитана на обучающихся 1-4 классов. На реализацию курса отводится 2 часа в неделю. 1 класс – 66 часов в год, 2-4 классы – 68 часов в год.

## **3. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **1 КЛАСС**

#### **Бессюжетные игры (18ч)**

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля, прятание.

#### **Народные игры (48ч)**

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.

### **2 КЛАСС**

#### **Бессюжетные игры (8ч)**

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля, прятание.

#### **Игры-забавы (8ч)**

Обучающимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

#### **Народные игры (24ч)**

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.

#### **Любимые игры детей (13ч)**

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость.

#### **Игры с общеразвивающими упражнениями (15ч)**

Учатся слушать команды водящего, перестраиваться, выполнять различные виды бега, ходьбы, прыжков. Ориентирование в пространстве Развитие навыка скоростных способностей. Развитие глазомера. Умение владеть мячом. Совершенствование навыков бега.

### **3 КЛАСС**

#### **Бессюжетные игры (10ч)**

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела, дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля, прятание.

#### **Игры-забавы (12ч)**

Обучающимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами)

#### **Русская лапта (9ч)**

В играх принципиальное значение придается обучению младших школьников навыкам и умениям организации, и проведению самостоятельных занятий физическими упражнениями. В процессе использования учащимися приобретенных знаний, умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня. Дают возможность успешно участвовать во внутри школьных соревнованиях.

#### **Любимые игры детей (15ч)**

В играх принципиальное значение придается обучению младших школьников навыкам и умениям организации и проведению самостоятельных занятий физическими упражнениями. В процессе использования учащимися приобретенных знаний, умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня. Дают возможность успешно участвовать во внутришкольных соревнованиях.

#### **Пионербол (5ч)**

Пионербол (по правилам волейбола)- мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта в начальной школе. Игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм занимающихся. Пионербол развивает основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышает функциональные возможности, формирует различные двигательные навыки и постепенно готовит детей к более сложной игре в волейбол.

#### **Баскетбол (17ч)**

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувства коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по баскетболу различного масштаба.

#### **4 КЛАСС**

##### **Бессюжетные игры (10ч)**

Данные игры типа ловишек, перебежек, салок. Отличается наличие правил, ответственных ролей, взаимосвязанные игровые действия всех участников. Развиваются: самостоятельность, глазомер, быстрота и ловкость движений, ориентировка в пространстве. Дети учатся координировать свои действия. Упражняясь в играх данного раздела, дети постепенно овладевают навыками и умениями действовать с различными предметами (мяч, шар, скакалка). Использование простых движений: бега, ловля, прятание.

##### **Игры-забавы (12ч)**

Обучающимся даются понятия: игры-забавы, аттракционы, они часто проводятся на спортивных праздниках, на вечерах досуга. Двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования (бежать в мешке, выполнить движение с закрытыми глазами).

##### **Народные игры (32ч)**

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.

##### **Любимые игры детей (6ч)**

Все игры коллективные. Дети выступают в роли ведущих, объясняют и проводят игру. Педагог следит за ходом игры, дает советы. У детей появляется интерес к самостоятельному проведению игры, сохраняется эмоционально-положительное настроение и хорошие взаимоотношения играющих. Дети приучаются ловко и стремительно действовать в игровой ситуации, оказывать товарищескую помощь, добиваться достижения цели и при этом испытать радость.

##### **Командные игры (8ч)**

В играх принципиальное значение придается обучению младших школьников навыкам и умениям организации и проведению самостоятельных занятий физическими упражнениями. В процессе использования учащимися приобретенных знаний, умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня. Дают возможность успешно участвовать во внутришкольных соревнованиях.

#### **4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ДИНАМИЧЕСКАЯ ПАУЗА» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

##### **Личностные результаты:**

– формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **Метапредметные результаты:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

## 5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 класс

| №                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Наименование разделов и тем программы | Кол-во часов | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы                                                                                                                                                                                                              | Форма проведения занятия                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>Воспитательные задачи:</b><br>- воспитывать стремление к физическому развитию с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом;<br>- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.                                                                                                                                                |                                       |              |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                |
| <b>Раздел 1. Бессюжетные игры (18ч)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                       |              |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                |
| 1.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | «Ловишки – перебежки»                 | 1            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://lesson.academy-content.myschool.edu.ru/lesson/b589edb8-e344-4d4e-bdd7-8be4e9d64e5c?backUrl=%2F15%2F03">https://lesson.academy-content.myschool.edu.ru/lesson/b589edb8-e344-4d4e-bdd7-8be4e9d64e5c?backUrl=%2F15%2F03</a> | Посвящение в спортсмены.<br>Инструктаж по технике безопасности |
| 1.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | «Веселый бег»                         | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Олимпийский урок                                               |
| 1.3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | «Точный расчет»                       | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Игровой час                                                    |
| 1.4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | «Метко в цель»                        | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | День здоровья                                                  |
| 1.5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | «Мяч водящему»                        | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Веселые старты                                                 |
| 1.6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | «У кого меньше мячей»                 | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Беседа, игра                                                   |
| 1.7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | «Штандр»                              | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Игра                                                           |
| 1.8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | «Береги предмет»                      | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Игра                                                           |
| 1.9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | «Паровозик»                           | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Праздник безопасности                                          |
| 1.10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Жмурки с колокольчиком»              | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Беседа, игра                                                   |
| 1.11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Флюгер»                              | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Веселые старты                                                 |
| 1.12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Быстрый и ловкий»                    | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Соревнования                                                   |
| 1.13                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Лошадки и платочек»                  | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Соревнования                                                   |
| 1.14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Стая»                                | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Эстафета                                                       |
| 1.15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Слепой козёл»                        | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Игра                                                           |
| 1.16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Краски»                              | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Беседа, игра                                                   |
| 1.17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Быстро возьми»                       | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Час здоровья                                                   |
| 1.18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Веселые старты»                      | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Соревнование                                                   |
| Итого по разделу                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                       | 18           |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                |
| <b>Воспитательные задачи:</b><br>- воспитывать любовь к родному краю через народные игры;<br>- способствовать сохранению и укреплению здоровья средствами физической культуры;<br>- содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;<br>- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни. |                                       |              |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                |
| <b>Раздел 2. Народные игры (48ч)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                       |              |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                |
| 2.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Русская народная игра «Гуси – лебеди» | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Сказочная эстафета                                             |
| 2.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Русская народная игра «Кот            | 1            |                                                                                                                                                                                                                                                             | Спортивно-                                                     |

|      |                                                       |   |                                                                                         |                            |
|------|-------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
|      | и мышь»                                               |   |                                                                                         | театральный этюд           |
| 2.3  | Татарская народная игра «Займи место»                 | 1 |                                                                                         | Викторина, игра            |
| 2.4  | Азербайджанская народная игра «День и ночь»           | 1 |                                                                                         | Беседа, игра               |
| 2.5  | Белорусская народная игра «Посадка картофеля»         | 1 |                                                                                         | Спортивно-ролевая игра     |
| 2.6  | Бурятская народная игра «Волк и ягнята»               | 1 |                                                                                         | Беседа, игра               |
| 2.7  | Осетинская народная игра «Метание с плеча»            | 1 |                                                                                         | Эстафета                   |
| 2.8  | Чувашская народная игра «Тили – рам?»                 | 1 |                                                                                         | Игра                       |
| 2.9  | Русская народная игра «Салки»                         | 1 |                                                                                         | Сказочная эстафета         |
| 2.10 | Русская народная игра «Салки с домом»                 | 1 |                                                                                         | Игра                       |
| 2.11 | Русская народная игра «Салки дай руку»                | 1 |                                                                                         | Викторина, игра            |
| 2.12 | Башкирская народная игра «Шар на земле»               | 1 |                                                                                         | Спортивно-театральный этюд |
| 2.13 | Башкирская народная игра «Прутик»                     | 1 |                                                                                         | Беседа, игра               |
| 2.14 | Бурятская народная игра «Поиски шила и ножниц»        | 1 |                                                                                         | Спортивно-ролевая игра     |
| 2.15 | Бурятская народная игра «Ястреб и утка»               | 1 |                                                                                         | Беседа, игра               |
| 2.16 | Дагестанская народная игра «Игра во всадников»        | 1 |                                                                                         | Эстафета                   |
| 2.17 | Дагестанская народная игра «Попади в камень»          | 1 |                                                                                         | Игра                       |
| 2.18 | Кабардино-Балкарская народная игра «Повелитель лунки» | 1 |                                                                                         | Эстафета                   |
| 2.19 | Кабардино-Балкарская народная игра «Крутить кубарь»   | 1 |                                                                                         | Спортивно-театральный этюд |
| 2.20 | Калмыцкая народная игра «Метание в цель»              | 1 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f4116e4">https://m.edsoo.ru/7f4116e4</a> | Викторина, игра            |
| 2.21 | Калмыцкая народная игра «Метание палки»               | 1 |                                                                                         | Соревнование               |
| 2.22 | Калмыцкая народная игра «Метание палки»               | 1 |                                                                                         | Соревнование               |
| 2.23 | Игра народов Карелии «Я есть»                         | 1 |                                                                                         | Спортивно-ролевая игра     |
| 2.24 | Игра народов Карелии «Я есть»                         | 1 |                                                                                         | Спортивно-ролевая игра     |
| 2.25 | Игра народов Карелии «Отбивалы»                       | 1 |                                                                                         | Беседа, игра               |
| 2.26 | Игра народов Карелии «Отбивалы»                       | 1 |                                                                                         | Игра с мячом               |



|                                     |                                                             |    |  |                        |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----|--|------------------------|
| 2.27                                | Игра народов республики Коми «Ведущий»                      | 1  |  | Эстафета               |
| 2.28                                | Игра народов республики Коми «Ведущий»                      | 1  |  | Игра                   |
| 2.29                                | Игра народов республики Коми «Чур все!»                     | 1  |  | Соревнование           |
| 2.30                                | Игра народов республики Коми «Чур все!»                     | 1  |  | Игра                   |
| 2.31                                | Игра народов Марийской автономной республики «Биляша»       | 1  |  | Сказочная эстафета     |
| 2.32                                | Игра народов Марийской автономной республики «Биляша»       | 1  |  | Игра                   |
| 2.33                                | Игра народов Марийской автономной республики «Катание мяча» | 1  |  | Конкурс                |
| 2.34                                | Игра народов Марийской автономной республики «Катание мяча» | 1  |  | Соревнование           |
| 2.35                                | Игра народов Мордовии «Мяч об стенку»                       | 1  |  | Игра                   |
| 2.36                                | Игра народов Мордовии «Мяч об стенку»                       | 1  |  | Викторина, игра        |
| 2.37                                | Игра народов Мордовии «Наша гора»                           | 1  |  | Беседа, соревнование   |
| 2.38                                | Игра народов Мордовии «Наша гора»                           | 1  |  | Игра                   |
| 2.39                                | Игра народов Северной Осетии «Слепой медведь»               | 1  |  | Спортивно-ролевая игра |
| 2.40                                | Игра народов Северной Осетии «Слепой медведь»               | 1  |  | Спортивно-ролевая игра |
| 2.41                                | Игра народов Северной Осетии «Перетягивание»                | 1  |  | Беседа, игра           |
| 2.42                                | Игра народов Северной Осетии «Перетягивание»                | 1  |  | Соревнование           |
| 2.43                                | Татарская народная игра «Бег по следу»                      | 1  |  | Эстафета               |
| 2.44                                | Татарская народная игра «Бег по следу»                      | 1  |  | Игра                   |
| 2.45                                | Татарская народная игра «Мяч об узкую стенку»               | 1  |  | Игра с мячом           |
| 2.46                                | Татарская народная игра «Мяч об узкую стенку»               | 1  |  | Игра с мячом           |
| 2.47                                | Игра народов республики Тува «Игра в лошадки»               | 1  |  | Игра                   |
| 2.48                                | Игра народов республики Тува «Игра в лошадки»               | 1  |  | Эстафета               |
| Итого по разделу                    |                                                             | 48 |  |                        |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |                                                             | 66 |  |                        |

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 класс

| № п/п                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы                                          | Форма проведения занятия                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>Воспитательные задачи:</b><br>-бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни;<br>- стремление к физическому развитию с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом;<br>- осознание и принятие своей половой принадлежности, соответствующих ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста. |                                       |                  |                                                                                         |                                                                |
| Раздел 1. Бессюжетные игры (8ч)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                       |                  |                                                                                         |                                                                |
| 1.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Бег по кочкам»                       | 1                | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f4116e4">https://m.edsoo.ru/7f4116e4</a> | Посвящение в спортсмены.<br>Инструктаж по технике безопасности |
| 1.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Веселый бег»                         | 1                |                                                                                         | Олимпийский урок                                               |
| 1.3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Западня»                             | 1                |                                                                                         | Игровой час                                                    |
| 1.4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Кот проснулся»                       | 1                |                                                                                         | Игровой час                                                    |
| 1.5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Колпачок» - игра с мячом             | 1                |                                                                                         | Игра                                                           |
| 1.6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «У кого меньше мячей»                 | 1                |                                                                                         | Игровой час                                                    |
| 1.7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «На свое место»                       | 1                |                                                                                         | Игра                                                           |
| 1.8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Веревочка»                           | 1                |                                                                                         | Игровой час                                                    |
| Итого по разделу                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                       | 8                |                                                                                         |                                                                |
| <b>Воспитательные задачи:</b><br>- бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни;<br>- стремление к физическому развитию с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом.                                                                                                                                          |                                       |                  |                                                                                         |                                                                |
| Раздел 2. Игры-забавы (8ч)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                       |                  |                                                                                         |                                                                |
| 2.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Река и ров» - игра с прыжками        | 1                | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f4116e4">https://m.edsoo.ru/7f4116e4</a> | Праздник безопасности                                          |
| 2.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Мышеловка»                           | 1                |                                                                                         | Игра                                                           |
| 2.3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Кто быстрее?»                        | 1                |                                                                                         | Веселые старты                                                 |
| 2.4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Путанка»                             | 1                |                                                                                         | Соревнования                                                   |
| 2.5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Все в кружок», «Слепой козёл»        | 1                |                                                                                         | Эстафета                                                       |

|     |                    |   |  |              |
|-----|--------------------|---|--|--------------|
| 2.6 | «Запрещенный цвет» | 1 |  | Игра         |
| 2.7 | «Ключи»            | 1 |  | Час здоровья |
| 2.8 | «Веселые старты»   | 1 |  | Соревнование |

Итого по разделу

8

#### **Воспитательные задачи:**

- осознание принадлежности к своему народу и к общности граждан России, проявляющим воспитать уважение к своему и другим народам;
- уважение духовно-нравственной культуры своей семьи, своего народа, семейных ценностей с учётом национальной, религиозной принадлежности;
- стремление к физическому развитию с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом.

### **Раздел 3. Народные игры (24ч)**

|      |                                                                 |   |  |                            |
|------|-----------------------------------------------------------------|---|--|----------------------------|
| 3.1  | Русские народные игры «В ногу», «Бубенцы»                       | 1 |  | Сказочная эстафета         |
| 3.2  | Татарская народная игра «Серый волк»                            | 1 |  | Спортивно-театральный этюд |
| 3.3  | Азербайджанская народная игра «Отдай платочек»                  | 1 |  | Викторина, игра            |
| 3.4  | Белорусская народная игра «Иванка»                              | 1 |  | Беседа, соревнование-игра  |
| 3.5  | Бурятская народная игра «Бабки-лодыжки»                         | 1 |  | Спортивно-ролевая игра     |
| 3.6  | Осетинская народная игра «Жмурки – носильщики»                  | 1 |  | Беседа, игра               |
| 3.7  | Чувашская народная игра «Журавушка»                             | 1 |  | Эстафета                   |
| 3.8  | Русские народные игры «Лягушки на болоте», «Пирог»              | 1 |  | Игра                       |
| 3.9  | Башкирские народные игры «Малечина-Калечина», «Сапожник Итексе» | 1 |  | Сказочная эстафета         |
| 3.10 | Бурятские народные игры «Шапка», «Охота на кабанов»             | 1 |  | Викторина, игра            |
| 3.11 | Дагестанские народные игры «Игра во всадников», «Джигитовка»    | 1 |  | Спортивно-театральный этюд |
| 3.12 | Кабардино-Балкарские народные игры «Журавли»,                   | 1 |  | Беседа, соревнование-игра  |

|      |                                                                                |   |  |                            |
|------|--------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------------------------|
|      | «Джигит и альчики»                                                             |   |  |                            |
| 3.13 | Калмыцкие народные игры<br>«Метание в цель», «Заяц»                            | 1 |  | Спортивно-ролевая игра     |
| 3.14 | Игры народов Карелии<br>«Кукот», «Ко мне с кольцом»                            | 1 |  | Беседа, игра               |
| 3.15 | Игры народов республики Коми<br>«Кукушка», «Сова»                              | 1 |  | Эстафета                   |
| 3.16 | Игры народов Марийской автономной республики<br>«Барабанные палочки», «Щелчки» | 1 |  | Игра                       |
| 3.17 | Игры народов Мордовии<br>«Раю-раю», «Котёл»                                    | 1 |  | Эстафета                   |
| 3.18 | Игры народов Северной Осетии<br>«Осетинские салки», «Барсы в пещерах»          | 1 |  | Спортивно-театральный этюд |
| 3.19 | Татарские народные игры<br>«Кто дальше бросит?», «Лопушки»                     | 1 |  | Викторина, игра            |
| 3.20 | Игры народов республики Тува<br>«Найди бусинку», «Почекушки»                   | 1 |  | Беседа, соревнование-игра  |
| 3.21 | Удмуртские народные игры<br>«Охота на лося», «Водяной»                         | 1 |  | Спортивно-ролевая игра     |
| 3.22 | Чечено-Ингушские народные игры<br>«Бег, волоча ногу», «Защити гостя»           | 1 |  | Беседа, игра               |
| 3.23 | Чувашские народные игры<br>«Рыбки», «Кого вам?»                                | 1 |  | Эстафета                   |
| 3.24 | Якутские народные игры<br>«Ловкий оленевод», «Куропатки и охотники»            | 1 |  | Игра                       |

Итого по разделу

24

#### **Воспитательные задачи:**

- бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни
- стремление к физическому развитию с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом;
- осознание и принятие своей половой принадлежности, соответствующих ей психофизические и

|                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                  |    |                                                                                         |                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| поведенческие особенности с учётом возраста.                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                  |    |                                                                                         |                        |
| Раздел 4. Любимые игры детей (13ч)                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                  |    |                                                                                         |                        |
| 4.1                                                                                                                                                                                                                                                                          | «Погребок»                                                       | 1  | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f4116e4">https://m.edsoo.ru/7f4116e4</a> | Соревнование           |
| 4.2                                                                                                                                                                                                                                                                          | «Кувшин»                                                         | 1  |                                                                                         | Эстафета               |
| 4.3                                                                                                                                                                                                                                                                          | «Мышеловка»                                                      | 1  |                                                                                         | Игры с правилами       |
| 4.4                                                                                                                                                                                                                                                                          | «Кролики»                                                        | 1  |                                                                                         | Ролевая игра           |
| 4.5                                                                                                                                                                                                                                                                          | «Картошка»                                                       | 1  |                                                                                         | Беседа, игра           |
| 4.6                                                                                                                                                                                                                                                                          | «Стая уток»                                                      | 1  |                                                                                         | Конкурс-игра           |
| 4.7                                                                                                                                                                                                                                                                          | «Белки, зайцы, мышки»                                            | 1  |                                                                                         | Беседа, игра           |
| 4.8                                                                                                                                                                                                                                                                          | «Мельница»                                                       | 1  |                                                                                         | Спортивно-ролевая игра |
| 4.9                                                                                                                                                                                                                                                                          | «Волна»                                                          | 1  |                                                                                         | Спортивный ералаш      |
| 4.10                                                                                                                                                                                                                                                                         | «Золотое яйцо»                                                   | 1  |                                                                                         | Беседа, игра           |
| 4.11                                                                                                                                                                                                                                                                         | «Спортивные забавы»                                              | 1  |                                                                                         | Спортивный праздник    |
| 4.12                                                                                                                                                                                                                                                                         | «Меткие стрелки»                                                 | 1  |                                                                                         | Соревнование           |
| 4.13                                                                                                                                                                                                                                                                         | Игры с мячом: «Мяч вдогонку», «Подбрось - поймай» - разучивание. | 1  |                                                                                         | Игра-соревнование      |
| Итого по разделу                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                  | 13 |                                                                                         |                        |
| <b>Воспитательные задачи:</b><br>- бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни<br>- стремление к физическому развитию с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом. |                                                                  |    |                                                                                         |                        |
| Раздел 5. Игры с общеразвивающими упражнениями (15ч)                                                                                                                                                                                                                         |                                                                  |    |                                                                                         |                        |
| 5.1                                                                                                                                                                                                                                                                          | Игра с прыжками: «Прыжками к финишу»                             | 1  | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f4116e4">https://m.edsoo.ru/7f4116e4</a> | Игра-эстафета          |
| 5.2                                                                                                                                                                                                                                                                          | Игры с бегом «Трамвай», «Змейка»                                 | 1  |                                                                                         | Игра-соревнование      |
| 5.3                                                                                                                                                                                                                                                                          | Игры с обручами: «Волшебный обруч», «Такси»                      | 1  |                                                                                         | Сюжетно-ролевая игра   |
| 5.4                                                                                                                                                                                                                                                                          | Игры с бегом: «За мной», «Мяч соседу»                            | 1  |                                                                                         | Игра - соревнование    |
| 5.5                                                                                                                                                                                                                                                                          | Игра с прыжками: «Кружилиха»                                     | 1  |                                                                                         | Беседа, игра           |

|                                     |                                                           |    |  |                      |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------|----|--|----------------------|
| 5.6                                 | Игра с прыжками: «Под скакалкой на месте»                 | 1  |  | Сюжетно-ролевая игра |
| 5.7                                 | Игры с элементами прыжков в длину. «Заяц, сторож и Жучка» | 1  |  | Познавательная игра  |
| 5.8                                 | Игра с элементами ОРУ: «Зайцы в огороде»                  | 1  |  | Игра-эстафета        |
| 5.9                                 | Игры с бегом «Липкие пеньки»                              | 1  |  | Сюжетно-ролевая игра |
| 5.10                                | Игры с мячом «Стой» - разучивание                         | 1  |  | Познавательная игра  |
| 5.11                                | Игра «Пограничный мяч»                                    | 1  |  | Игра-соревнование    |
| 5.12                                | Игры с бегом «Золотые ворота — круговые».                 | 1  |  | Игра-соревнование    |
| 5.13                                | Игра с мячом (с элементами футбола) «Защита укрепления».  | 1  |  | Игра - соревнование  |
| 5.14                                | Игра с мячом «Нападающие тройки»                          | 1  |  | Эстафета             |
| 5.15                                | Игра с мячом «Крабик»                                     | 1  |  | Беседа, игра         |
| Итого по разделу                    |                                                           | 15 |  |                      |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |                                                           | 68 |  |                      |

**Тематическое планирование  
3 класс**

| №                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Тема, раздел                 | Количество часов | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы                                          | Форма проведения занятия |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <b>Воспитательные задачи:</b><br>- бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни<br>- стремление к физическому развитию с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом;<br>- осознание и принятие своей половой принадлежности, соответствующих ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста. |                              |                  |                                                                                         |                          |
| <b>Бессюжетные игры (10ч)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                              |                  |                                                                                         |                          |
| 1.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Игра «Кот и мышь»            | 1                | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f4116e4">https://m.edsoo.ru/7f4116e4</a> | Праздник безопасности    |
| 1.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Эстафеты с бегом и прыжками. | 1                |                                                                                         | Игра                     |
| 1.3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | «Карусель»                   | 1                |                                                                                         | Веселые старты           |

|                  |                            |    |  |                       |
|------------------|----------------------------|----|--|-----------------------|
| 1.4              | «Метко в цель»             | 1  |  | Соревнования          |
| 1.5              | «Мяч водящему»             | 1  |  | Эстафета              |
| 1.6              | «Ловишка в кругу».         | 1  |  | Игра                  |
| 1.7              | «Пятнашки».                | 1  |  | Час здоровья          |
| 1.8              | «Паровозик»                | 1  |  | Соревнование          |
| 1.9              | «Салки»                    | 1  |  | Праздник безопасности |
| 1.10             | «Забрасывание белого мяча» | 1  |  | Игра                  |
| Итого по разделу |                            | 10 |  |                       |

#### **Воспитательные задачи:**

- воспитывать любовь к родному краю через народные игры;
- способствовать сохранению и укреплению здоровья средствами физической культуры;
- содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

#### **Игры-забавы (12ч)**

|                  |                                |    |  |                  |
|------------------|--------------------------------|----|--|------------------|
| 2.1              | «Серый волк», «Скок-перескок»  | 1  |  | Эстафета         |
| 2.2              | «Жмурки с колокольчиком»       | 1  |  | Подвижные игры   |
| 2.3              | «Горелки»                      | 1  |  | Игротека         |
| 2.4              | «Кто быстрее?»                 | 1  |  | Соревнование     |
| 2.5              | «Чай-чай!»                     | 1  |  | Игра             |
| 2.6              | «Колдун»                       | 1  |  | Олимпийский урок |
| 2.7              | «Все в кружок», «Слепой козёл» | 1  |  | Игровой час      |
| 2.8              | «Ястребы и ласточки»           | 1  |  | День здоровья    |
| 2.9              | «Обыкновенные жмурки»          | 1  |  | Веселые старты   |
| 2.10             | «Отдай платочек»               | 1  |  | Беседа, игра     |
| 2.11             | «Веселые старты»               | 1  |  | Игра             |
| 2.12             | «Совушка»                      | 1  |  | Игровой час      |
| Итого по разделу |                                | 12 |  |                  |

#### **Воспитательные задачи:**

- способствовать воспитанию культуры эмоционального поведения в спортивно-игровой деятельности;
- воспитывать волевые качества: смелость, решительность; чувство товарищества;
- воспитывать неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

#### **Русская лапта (9ч)**

|     |                                                                                                                      |   |  |                                    |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|------------------------------------|
| 3.1 | Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта».                         | 1 |  | Инструктаж по технике безопасности |
| 3.2 | Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, | 1 |  | Беседа, игра                       |

|                  |                                                             |   |  |              |
|------------------|-------------------------------------------------------------|---|--|--------------|
|                  | осаливание                                                  |   |  |              |
| 3.3              | Ловля мяча и передача в парах.                              | 1 |  | Игра         |
| 3.4              | Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.                     | 1 |  | Игровой час  |
| 3.5              | Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра.       | 1 |  | Игра         |
| 3.6              | Передача, удары битой сверху, метание в цель.               | 1 |  | Игра         |
| 3.7              | Комплексные упражнения, комбинации.                         | 1 |  | Игра         |
| 3.8              | Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами | 1 |  | Соревнования |
| 3.9              | Передача, удары битой сверху, метание в цель.               | 1 |  | Соревнования |
| Итого по разделу |                                                             | 9 |  |              |

**Воспитательные задачи:**

- способствовать воспитанию культуры эмоционального поведения в спортивно-игровой деятельности;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- воспитывать волевые качества: смелость, решительность; чувство товарищества;
- воспитывать неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

**Любимые игры детей (15ч)**

|                  |                                       |    |  |                        |
|------------------|---------------------------------------|----|--|------------------------|
| 4.1              | «Увернись от мяча»                    | 1  |  | Игра                   |
| 4.2              | «Два мороза»                          | 1  |  | Веселые старты         |
| 4.3              | Игры нашего двора «Совушка», «Краски» | 1  |  | Соревнования           |
| 4.4              | «Хлопок»                              | 1  |  | Соревнования           |
| 4.5              | «Крокодил»                            | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 4.6              | «Перехватчики»                        | 1  |  | Веселые старты         |
| 4.7              | «Пятнашки»                            | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 4.8              | «Белые медведи»                       | 1  |  | Соревнования           |
| 4.9              | «Мельница»                            | 1  |  | Подвижные игры         |
| 4.10             | «Волшебные елочки»                    | 1  |  | Веселые старты         |
| 4.11             | «Золотые ворота»                      | 1  |  | Спортивно-ролевые игры |
| 4.12             | «Угловой мяч»                         | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 4.13             | «Выбей из круга»                      | 1  |  | Соревнования           |
| 4.14             | «У медведя во бору»                   | 1  |  | Подвижные игры         |
| 4.15             | «Брось-поймай»                        | 1  |  | Веселые старты         |
| Итого по разделу |                                       | 15 |  |                        |

**Воспитательные задачи:**

- бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни
- стремление к физическому развитию с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом.

**Пионербол (5ч)**



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                            |    |  |                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|------------------------|
| 5.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Основные правила игры.                                                                     | 1  |  | Беседа, игра           |
| 5.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Спортивная одежда и обувь. Техника игры в подаче и ловле мяча.                             | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 5.3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении. | 1  |  | Игра                   |
| 5.4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Передача мяча и бросок                                                                     | 1  |  | Игра                   |
| 5.5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Подготовка к соревнованиям. Соревнования.                                                  | 1  |  | Соревнования           |
| Итого по разделу                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                            | 5  |  |                        |
| <b>Воспитательные задачи:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— воспитывать волевые качества: смелость, решительность; чувство товарищества;</li><li>— воспитывать неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям;</li><li>— воспитывать первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.</li></ul> |                                                                                            |    |  |                        |
| <b>Баскетбол (17ч)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                            |    |  |                        |
| 6.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Основы техники и тактики.                                                                  | 1  |  | Беседа, игра           |
| 6.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Техника нападения.                                                                         | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 6.3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Техника передвижения.                                                                      | 1  |  | Подвижные игры         |
| 6.4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Повороты в движении.                                                                       | 1  |  | Игра                   |
| 6.5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Сочетание способов передвижений.                                                           | 1  |  | Игры с правилами       |
| 6.6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Техника владения мячом.                                                                    | 1  |  | Эстафета               |
| 6.7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.                    | 1  |  | Игры с правилами       |
| 6.8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Броски мяча двумя руками с места.                                                          | 1  |  | Ролевая игра           |
| 6.9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Штрафной бросок.                                                                           | 1  |  | Подвижные игры         |
| 6.10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Бросок с трехочковой линии.                                                                | 1  |  | Подвижные игры         |
| 6.11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.                               | 1  |  | Игра                   |
| 6.12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Обманные движения.                                                                         | 1  |  | Конкурс-игра           |
| 6.13                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Обводка соперника с изменением высоты отскока.                                             | 1  |  | Игры с правилами       |
| 6.14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Групповые действия.                                                                        | 1  |  | Игра                   |
| 6.15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Взаимодействие игроков с заслонами.                                                        | 1  |  | Соревнования           |
| 6.16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Подготовка к соревнованиям.                                                                | 1  |  | Спортивно-ролевая игра |
| 6.17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Соревнования.                                                                              | 1  |  | Игра                   |
| Итого по разделу                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                            | 17 |  |                        |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                            | 68 |  |                        |

# Тематическое планирование

## 4 класс

| № п/п                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы                                          | Форма проведения занятия |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| Бессюжетные игры (10ч)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                       |                  |                                                                                         |                          |
| <b>Воспитательные задачи:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— дать первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений;</li><li>— формировать опыт человеческих взаимоотношений, признаки индивидуальности каждого человека, проявление сопереживания, уважения, любви, доброжелательности и других моральных качеств к родным, близким и чужим людям, независимо от их национальности, социального статуса, вероисповедания;</li><li>— воспитывать неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям;</li><li>— привить бережное отношение к физическому и психическому здоровью;</li><li>— привить навыки соблюдения правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде.</li></ul> |                                       |                  |                                                                                         |                          |
| 1.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Узнай, кто затейник»                 | 1                | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f4116e4">https://m.edsoo.ru/7f4116e4</a> | Игровой час              |
| 1.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Ладшки»                              | 1                |                                                                                         | Подвижные игры           |
| 1.3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Чувство ритма»                       | 1                |                                                                                         | Викторина                |
| 1.4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Запрещенное движение»                | 1                |                                                                                         | Игра-конкурс             |
| 1.5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Мяч водящему»                        | 1                |                                                                                         | Соревнования             |
| 1.6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Штандр»                              | 1                |                                                                                         | Подвижные игры           |
| 1.7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Товарищ командир»                    | 1                |                                                                                         | Веселые старты           |
| 1.8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Брито-стрижено»                      | 1                |                                                                                         | Спортивно-ролевые игры   |
| 1.9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Соседи»                              | 1                |                                                                                         | Игра-представление       |
| 1.10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | «Шишки, жёлуди, орехи»                | 1                |                                                                                         | Эстафета                 |
| Итого по разделу                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                       | 10               |                                                                                         |                          |
| Игры-забавы (12ч)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                       |                  |                                                                                         |                          |
| <b>Воспитательные задачи:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>— способствовать воспитанию культуры эмоционального поведения в спортивно-игровой деятельности;</li><li>— воспитывать волевые качества: смелость, решительность; чувство товарищества;</li><li>— воспитывать неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям;</li><li>— привить бережное отношение к физическому и психическому здоровью;</li><li>— привить навыки соблюдения правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                       |                  |                                                                                         |                          |
| 2.1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Рыбы, птицы, звери»                  | 1                |                                                                                         | Спортивно-ролевые игры   |
| 2.2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Перелизы»                            | 1                |                                                                                         | Подвижные игры           |
| 2.3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Охотники и сторож»                   | 1                |                                                                                         | Игра-конкурс             |
| 2.4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «Птица без гнезда»                    | 1                |                                                                                         | Соревнование             |
| 2.5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | «К своим флажкам»                     | 1                |                                                                                         | Эстафета                 |

|                  |                     |    |  |                        |
|------------------|---------------------|----|--|------------------------|
| 2.6              | «Фигуры»            | 1  |  | Подвижные игры         |
| 2.7              | «Кот идет»          | 1  |  | Игротека               |
| 2.8              | «Пчелы и медвежата» | 1  |  | Соревнование           |
| 2.9              | «Дети и медведи»    | 1  |  | Спортивно-ролевые игры |
| 2.10             | «Космонавты»        | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 2.11             | «Веселые старты»    | 1  |  | День здоровья          |
| 2.12             | «Совушка»           | 1  |  | Игротека               |
| Итого по разделу |                     | 12 |  |                        |

### Народные игры (32ч)

#### Воспитательные задачи:

- способствовать воспитанию культуры эмоционального поведения в спортивно-игровой деятельности;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- воспитывать волевые качества: смелость, решительность; чувство товарищества;
- воспитывать неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям;
- воспитывать первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений;
- формировать нравственные, эстетические, волевые качества, отражающие социально-психологические особенности личности;
- формировать опыт человеческих взаимоотношений, признаки индивидуальности каждого человека, проявление сопереживания, уважения, любви, доброжелательности и других моральных качеств к родным, близким и чужим людям, независимо от их национальности, социального статуса, вероисповедания;
- воспитывать инициативность, самостоятельность, психологическую устойчивость.

|      |                                                        |   |  |                        |
|------|--------------------------------------------------------|---|--|------------------------|
| 3.1  | Русская народная игра «Филин и пташки»                 | 1 |  | Спортивно-ролевые игры |
| 3.2  | Русская народная игра «Пустое место»                   | 1 |  | Эстафета               |
| 3.3  | Русская народная игра «Скорый поезд»                   | 1 |  | Подвижные игры         |
| 3.4  | Татарская народная игра «Невидимки»                    | 1 |  | Игра-конкурс           |
| 3.5  | Азербайджанская народная игра «Северный и южный ветер» | 1 |  | Спортивно-ролевые игры |
| 3.6  | Белорусская народная игра «Посадка овощей»             | 1 |  | Эстафета               |
| 3.7  | Белорусская народная игра «Бег сороконожек»            | 1 |  | Подвижные игры         |
| 3.8  | Бурятская народная игра «Ласточка»                     | 1 |  | Весёлые старты         |
| 3.9  | Осетинская народная игра «Колдунчики»                  | 1 |  | Игротека               |
| 3.10 | Осетинская народная игра «Вьюны»                       | 1 |  | Подвижные игры         |
| 3.11 | Чувашская народная игра                                | 1 |  | Эстафета               |

|                  |                                                     |    |  |                        |
|------------------|-----------------------------------------------------|----|--|------------------------|
|                  | «Соревнование скороходов»                           |    |  |                        |
| 3.12             | Чувашская народная игра «Углы»                      | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 3.13             | Русская народная игра «Путанка»                     | 1  |  | Подвижные игры         |
| 3.14             | Русская народная игра «Салки с домом»               | 1  |  | Игротека               |
| 3.15             | Русская народная игра «Кошки-мышки»                 | 1  |  | Спортивно-ролевые игры |
| 3.16             | Башкирская народная игра «Пройти бесшумно»          | 1  |  | Соревнования           |
| 3.17             | Башкирская народная игра «Барабу»                   | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 3.18             | Бурятская народная игра «Поиски шила и ножниц»      | 1  |  | Подвижные игры         |
| 3.19             | Бурятская народная игра «Карлики и великаны»        | 1  |  | Спортивно-ролевые игры |
| 3.20             | Дагестанская народная игра «Игра во всадников»      | 1  |  | Игротека               |
| 3.21             | Дагестанская народная игра «Попади в цель»          | 1  |  | Подвижные игры         |
| 3.22             | Дагестанская народная игра «Ногой по мячу»          | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 3.23             | Дагестанская народная игра «Мельница»               | 1  |  | Подвижные игры         |
| 3.24             | Кабардино-Балкарская народная игра «Попади в лунки» | 1  |  | Спортивно-ролевые игры |
| 3.25             | Кабардино-Балкарская народная игра «Аист»           | 1  |  | Подвижные игры         |
| 3.26             | Кабардино-Балкарская народная игра «Под буркой»     | 1  |  | Игротека               |
| 3.27             | Калмыцкие народные игры «Метание в цель»            | 1  |  | Эстафета               |
| 3.28             | Калмыцкие народные игры «Метание палки»             | 1  |  | Подвижные игры         |
| 3.29             | Калмыцкие народные игры «Спящий пират»              | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 3.30             | Игры народов Карелии «Стой спокойно»                | 1  |  | Спортивно-ролевые игры |
| 3.31             | Игры народов Карелии «Отбей мяч»                    | 1  |  | Игротека               |
| 3.32             | Игры народов Карелии «Тропинка»                     | 1  |  | Подвижные игры         |
| Итого по разделу |                                                     | 32 |  |                        |

#### Любимые игры детей (6ч)

#### Воспитательные задачи:

— формировать добрые взаимоотношения между детьми в классе, развивать стремления быть

|                                                                                                                                                    |                    |    |  |                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----|--|------------------------|
| терпимым в обществе людей, воспитывать уважение к одноклассникам;                                                                                  |                    |    |  |                        |
| — воспитывать бережное отношение к окружающим людям, бескорыстную заботу о товарищах и стремиться предотвращать – бездушие, бессердечность;        |                    |    |  |                        |
| — воспитывать волевые качества: смелость, решительность; чувство товарищества;                                                                     |                    |    |  |                        |
| — воспитывать неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям;                              |                    |    |  |                        |
| — формировать нравственные, эстетические, волевые качества, отражающие социально психологические особенности личности;                             |                    |    |  |                        |
| — воспитывать инициативность, самостоятельность, психологическую устойчивость.                                                                     |                    |    |  |                        |
| 4.1                                                                                                                                                | «Два мороза»       | 1  |  | Соревнование           |
| 4.2                                                                                                                                                | «Мышеловка»        | 1  |  | Подвижные игры         |
| 4.3                                                                                                                                                | «Кролики»          | 1  |  | Эстафета               |
| 4.4                                                                                                                                                | «Увернись от мяча» | 1  |  | Подвижные игры         |
| 4.5                                                                                                                                                | «Картошка»         | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 4.6                                                                                                                                                | «Увернись от мяча» | 1  |  | Спортивно-ролевые игры |
| Итого по разделу                                                                                                                                   |                    | 6  |  |                        |
| Командные игры (8ч)                                                                                                                                |                    |    |  |                        |
| Воспитательные задачи:                                                                                                                             |                    |    |  |                        |
| — способствовать воспитанию культуры эмоционального поведения в спортивно-игровой деятельности;                                                    |                    |    |  |                        |
| — воспитывать волевые качества: смелость, решительность; чувство товарищества;                                                                     |                    |    |  |                        |
| — привить навыки соблюдения правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной); |                    |    |  |                        |
| — привить бережное отношение к физическому и психическому здоровью;                                                                                |                    |    |  |                        |
| — воспитывать инициативность, самостоятельность, психологическую устойчивость.                                                                     |                    |    |  |                        |
| 5.1                                                                                                                                                | «Хлопок»           | 1  |  | Подвижные игры         |
| 5.2                                                                                                                                                | «Крокодил»         | 1  |  | Эстафета               |
| 5.3                                                                                                                                                | «Болото»           | 1  |  | Спортивно-ролевые игры |
| 5.4                                                                                                                                                | «Следопыт»         | 1  |  | Соревнования           |
| 5.5                                                                                                                                                | «Цапля»            | 1  |  | Подвижные игры         |
| 5.6                                                                                                                                                | «Драгоценный груз» | 1  |  | Игра-конкурс           |
| 5.7                                                                                                                                                | «Третий лишний»    | 1  |  | Игротека               |
| 5.8                                                                                                                                                | «Лиса и курица»    | 1  |  | Подвижные игры         |
| Итого по разделу                                                                                                                                   |                    | 8  |  |                        |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ                                                                                                                |                    | 68 |  |                        |