

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 33 ГОРОДСКОГО ОКРУГА МАРИУПОЛЬ»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО
учителей начальных классов
Протокол от 28.06.2025 № 6

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
Иванова О.В..
от 28.06.2025

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ «СШ № 33
Г.О. МАРИУПОЛЬ»
Коноваленко Е.А.
Приказ от 29.06.2025 № 80/1



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для обучающихся 1-4 классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана в соответствии с

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).

2. Приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (в ред. приказов Минпросвещения России от 18.07.2022 № 569, от 08.11.2022 № 955, от 22.01.2024 № 31).

3. Приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (в ред. приказов Минпросвещения России от 19.03.2024 № 171, от 09.10.2024 № 704).

4. Приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным и общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».

5. Приказом Минпросвещения России от 07.10.2022 № 888 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115».

6. Приказом Минпросвещения России от 05.11.2024 № 769 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и установлении предельного срока использования исключенных учебников и разработанных в комплекте с ними учебных пособий».

7. Приказом Минпросвещения России от 18.07.2024 № 499 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

Программа «Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младших школьников.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений.

Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

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

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Актуальность данной программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

Новизна данной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия народов России.

Практическая значимость программы «Подвижные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Связь с другими программами.

Элементы данной программы присутствуют в таких разделах государственной программы, как «Окружающий мир», «Математика», «Литературное чтение», «Русский язык».

Вид программы.

Модифицированная

Цель программы сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

Задачи программы

Образовательные:

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;

- Расширение кругозора младших школьников.

Развивающие:

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

Воспитательные:

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

Отличительными особенностями программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума.

Возраст детей, участвующих в реализации программы: учащиеся 1-4 классов (7 – 11 лет).

Сроки реализации.

Программа рассчитана на 4 года. Курс включает 135-136 занятий: одно занятие в неделю, 33- 34 занятия за учебный год с первого по четвертый класс.

Режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 40 минут. Занятия проводятся на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

Формы занятий:

Ведущей формой организации обучения является **групповая**. Содержание программы ориентировано на добровольные разновозрастные группы детей.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- смена личностных интересов и запросов учащихся.

Виды деятельности: игровая, познавательная.

Ожидаемые результаты.

1 класс:

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.

2 класс:

- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.

3 класс:

- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.

4 класс:

- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;
- Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей, сохранение зачётной системы оценивания знаний, проведение конкурсов, соревнований).

Личностные результаты

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

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

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

Формы подведения итогов реализации программы.

Способы проверки знаний и умений:

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и

родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;

- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;

- открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- фестиваль игр;
- праздник «Игромания»;
- спортивный праздник «Богатырские потешки»;
- «День здоровья».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**1 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	6	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Игры с мячом.	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Игра с прыжками (скакалки).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
5	Зимние забавы.	4	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
6	Эстафеты.	4	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
7	Народные игры	4	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33			

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Игры с мячом.	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Игра с прыжками (скакалки).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
5	Зимние забавы.	4	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
6	Эстафеты.	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
7	Народные игры	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Игры с мячом.	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Игра с прыжками (скакалки).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
5	Зимние забавы.	4	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
6	Эстафеты.	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
7	Народные игры	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Игры с мячом.	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Игра с прыжками (скакалки).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
5	Зимние забавы.	4	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
6	Эстафеты.	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
7	Народные игры	5	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема	Количество часов	Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Вводный инструктаж по технике безопасности на занятиях внеурочной деятельностью. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	2	Игры, беседа, мультимедийная презентация.	https://codewards.ru/ https://uchi.ru/? https://resh.edu.ru
2	Комплекс упражнений ОРУ на месте. Игры "Фигуры", "Волки, зайцы, лисы", "Медведь».	1	Беседа, игры.	https://resh.edu
3-4	Комплекс упражнений ОРУ в движении. Игры "У медведя во бору", "Веселые ракеты", "Краски", "Белые медведи".	2	Беседа, просмотр видеосюжета, игры.	https://codewards.ru/
5	Комплекс упражнений с предметами. Игры "Салки", "Шишки, желуди, орехи", "Удержи обруч", "Пустое место".	1	Игры	https://school.mos.ru/
6	Комплекс упражнений в кругу. Игры "Отгадай чей голос?", "Караси и Щуки", "Гуси - лебеди".	1	Игры	http://www.vaklass.ru/
7	История возникновения игр с мячом. Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу», "Гусеница".	1	Беседа, соревнования	https://resh.edu.ru
8	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча.	1	Игры, соревнования.	https://resh.edu.ru

9	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча.	1	Подвижные игры.	https://oblakoz.ru/
10	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	1	Игры, эстафета.	https://resh.edu.ru https://uchi.ru/?-
11	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».	1	Игры, эстафета.	http://www.vaklass.ru/ https://resh.edu.ru/
12	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса, работа с набивными мячами. Игра "Охотники и утки", "Передал садись".	1	Игра, соревнование.	https://school.mos.ru/ http://www.vaklass.ru/
13	Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. Игра «Прыгающие воробьшки».	1	Подвижные игры.	http://www.myshared.ru/slide/182616/ https://codewards.ru/ https://codewards.ru/
14	Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. Игра «Прыгающие воробьшки».	1	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru/
15	Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра "Петушинные бои". Игра "Кенгуру".	1	Беседа, игры.	https://foxford.ru/ https://codewards.ru/ https://codewards.ru/
16	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля»	1	Игры с мячом.	https://resh.edu.ru https://foxford.ru/?

17	Комплекс ОРУ с короткими скакалками. Игра «Зеркало».	1	Веселые старты.	https://foxford.ru/
18	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	1	Игры, соревнования	https://school.mos.ru/
19	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1	Игры	https://school.mos.ru/
20	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». Игра «Построение в шеренгу».	1	Игры	https://resh.edu.ru
21	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». Игра «Построение в шеренгу».	1	Игры на свежем воздухе.	http://www.vaklass.ru/
22	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает».	1	Эстафеты	https://school.mos.ru/
23	Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.	1	Игры, соревнования	http://www.myshared.ru/slide/182616/
24	Разучивание народных игр. Игра "Чехарда". Игра «Калин – бан -ба». Игра «Золотые ворота».	1	Игры, подвижные эстафеты.	https://resh.edu.ru/
25	Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. Игра «Скатывание шаров».	1	Игры, зимние забавы	https://foxford.ru/
26	Комплекс упражнений на координацию. Игра «Слаломисты», Игра «Гонки снежных комов». Игра «Гонки санок».	1	Подвижные игры	https://resh.edu.ru/

27-28	Комплекс упражнений на развитие быстроты. Игра «Черепашки».	1	Игры, день здоровья	https://school.mos.ru/
29	Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма. Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.	1	Игры, веселые старты	http://www.myshared.ru/
30-31	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками). Беговые эстафеты.	2	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru https://foxford.ru/?
32-33	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.	1	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33		

2 КЛАСС

№ п/п	Тема	Количество часов	Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	1	Игры, беседа, мультимедийная презентация.	https://codew
2	Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны», «Запомни- порядок»	1	Беседа, игры.	https:resh.edu
3-4	Игры на развитие памяти.	2	Беседа, просмотр видеосюжета, игры.	https://codewards.ru/
5	Игры на развитие воображения.	1	Игры	https://school.mos.ru/
6	Игры на развитие мышления и речи.	1	Игры	http://www.vaklass.ru/

7	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки».	1	Беседа, соревнования	https://codewards.ru/ https://uchi.ru/?-https://codewards.ru/
8	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами».	1	Игры, соревнования.	
9	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун».	1	Подвижные игры.	https://oblakoz.ru/
10	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».	1	Игры, эстафета.	https://resh.edu.ru https://uchi.ru/?-https://resh.edu.ru/
11	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей».	1	Игры, эстафета.	http://www.vaklass.ru/ https://resh.edu.ru/
12	Русская народная игра « Удар по веревочке».	1	Игра, соревнование.	https://school.mos.ru/ http://www.vaklass.ru/
13	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты».	1	Подвижные игры.	http://www.myshared.ru/slide/182616/ https://codewards.ru/
14	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами.	1	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru/
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	1	Беседа, игры.	https://foxford.ru/
16	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	1	Игры с мячом.	https://resh.edu.ru
17	Весёлые старты со скакалкой.	1	Веселые старты.	https://foxford.ru/?
18	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде».	1	Игры, соревнования	https://school.mos.ru/
19	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву».	1	Игры	https://school.mos.ru/
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам».	1	Игры	https://resh.edu.ru
21	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	1	Игры на свежем воздухе.	http://www.vaklass.ru/

22	Эстафеты с санками и лыжами.	1	Эстафеты	https://school.mos.ru/
23	Игры на лыжах «Биатлон».	1	Игры, соревнования	http://www.myshared.ru/slide/182616/
24	Игры зимой: «Охота на куропаток».	1	Игры, подвижные эстафеты.	https://resh.edu.ru/
25	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов».	1	Игры, зимние забавы	https://codewards.ru/
26	Игра «Салки с мячом».	1	Подвижные игры	https://resh.edu.ru/
27-28	Футбол.	2	Игры, день здоровья	https://school.mos.ru/
29	Спортивный праздник.	1	Игры, веселые старты	http://www.myshared.ru/
30	Олимпийские игры.	1	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru
31-32	Большие гонки.	2	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru/
33-34	Спортивный праздник «Фестиваль подвижные игры»	2	Игры, веселые старты	https://school.mos.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема	Количество часов	Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.	1	Игры, беседа, мультимедийная презентация.	https://codewards.ru/
2	Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».	1	Беседа, игры.	https://resh.edu.ru
3	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»	2	Беседа, просмотр видеосюжета, игры.	https://codewards.ru/
4	Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра. «Прерванные	1	Игры	https://school.mos.ru/

	пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»			
5	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»	1	Игры	http://www.vaklass.ru/
6	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.	1	Беседа, соревнования	https://codewards.ru/ https://uchi.ru/?-https://codewards.ru/
7	Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»	1	Игры, соревнования.	https://school.mos.ru/
8	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча». Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».	1	Подвижные игры.	https://oblakoz.ru/
9	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».	1	Игры, эстафета.	https://resh.edu.ru https://uchi.ru/?-https://resh.edu.ru
10	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»	1	Игры, эстафета.	http://www.vaklass.ru/ https://resh.edu.ru/
11	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.	1	Игра, соревнование.	https://school.mos.ru/ http://www.vaklass.ru/
12	Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».	1	Подвижные игры.	http://www.myshared.ru/slide/182616/ https://codewards.ru/
13	Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».	1	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru/
14	Комплекс ОРУ. Игра « Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки».	1	Беседа, игры.	https://foxford.ru/

15	Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».	1	Игры.	https://resh.edu.ru
16	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность	1	Веселые старты.	https://foxford.ru/
17	Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».	1	Игры, соревнования	https://school.mos.ru/
18	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»	1	Игры	https://school.mos.ru/
19	Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».	1	Игры	https://resh.edu.ru
20	Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»	1	Игры на свежем воздухе.	http://www.vaklass.ru/
21	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность	1	Эстафеты	https://school.mos.ru/
22	Игра «Строим крепость».	1	Игры, соревнования	https://resh.edu.ru
23	Игра «Взятие снежного городка». Игра «Меткой стрелок».	1	Игры, подвижные эстафеты.	https://resh.edu.ru/
24	Игра «Лепим снеговика».	1	Игры, зимние забавы	https://codew ards.ru/
25	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.	1	Подвижные игры	https://resh.edu.ru/
26	Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».	1	Игры, день здоровья	https://school.mos.ru/
27	Эстафета «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».	1	Игры, веселые старты	http://www.myshared.ru/
28	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	1	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru

29	Эстафета «Ведро с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	1	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru/
30	Испытание в городе Занимательных задач «В рыцарском замке»	1	Игры, веселые старты	https://school.mos.ru/
31	Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.	1	Игры, веселые старты	https://school.mos.ru/ http://www.vaklass.ru/
32	Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»	1	Игры, веселые старты	https://school.mos.ru/ http://www.vaklass.ru/
33	Разучивание народных игр. Игра "Горелки".	1	Игры, веселые старты	http://www.myshared.ru/
34	Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»	1	Игры, веселые старты	http://www.myshared.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема	Количество часов	Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.	1	Игры, беседа, мультимедийная презентация.	https://codew
2	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	1	Беседа, игры.	https://resh.edu
3	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта	2	Беседа, игры.	https://codewards.ru/

4	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».	1	Игры	https://school.mos.ru/
5	Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки».	1	Игры	http://www.vaklass.ru/
6	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.	1	Беседа, соревнования	https://codewards.ru/ https://uchi.ru/?-https://codewards.ru/
7	Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».	1	Игры, соревнования.	
8	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».	1	Подвижные игры.	https://oblakoz.ru/
9	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Защитой ворота»	1	Игры, эстафета.	https://resh.edu.ru https://uchi.ru/?-https://resh.edu.ru/
10	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».	1	Игры, эстафета.	http://www.vaklass.ru/ https://resh.edu.ru/
11	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.	1	Игра	https://school.mos.ru/ http://www.vaklass.ru/
12	Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».	1	Подвижные игры.	http://www.myshared.ru/slide/182616/ https://codewards.ru/
13	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «белые медведи».	1	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru/

14	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	1	Беседа, игры.	https://foxford.ru/
15	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	1	Игры с мячом.	https://resh.edu.ru
16	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.	1	Веселые старты.	https://foxford.ru/?
17	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».	1	Игры, соревнования	https://school.mos.ru/
18	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».	1	Игры	https://school.mos.ru/
19	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».	1	Игры	https://resh.edu.ru
20	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».	1	Игры на свежем воздухе.	http://www.vaklass.ru/
21	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение	1	Эстафеты	https://school.mos.ru/
22	Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место».	1	Игры, соревнования	http://www.myshared.ru/slide/182616/
23	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	1	Игры, подвижные эстафеты.	https://resh.edu.ru/

24	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.	1	Игры	https://codewards.ru/
25	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	1	Подвижные игры	https://resh.edu.ru/
26	Эстафета с лазанием и перелезанием.	1	Игры	https://school.mos.ru/
27	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1	Игры, веселые старты	http://www.myshared.ru/
28	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru
29	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.	1	Игры, веселые старты	https://resh.edu.ru/
30	Народные игры	1	Игры, веселые старты	https://school.mos.ru/
31	Разучивание народных игр. Игра "Салки".	1	Игры, веселые старты	https://school.mos.ru/ http://www.vaklass.ru/
32	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	1	Игры, веселые старты	https://school.mos.ru/ http://www.vaklass.ru/
33	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	1	Игры, веселые старты	http://www.myshared.ru/
34	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	1	Игры, веселые старты	http://www.myshared.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. «Я иду на урок. Начальная школа. Физическая культура». М.: Изд. «Первое сентября», 2005 г.
4. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г
5. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
6. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
7. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
8. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999г

ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ

multiurok.ru

resh.edu.ru.

intolimp.org

uchebnik.mos.ru