

1. Пояснительная записка

Рабочая программа предназначена для обучающихся с ЗПР 1-4 класс и составлена в соответствии с

- ФЗ-273 «Об образовании в РФ»;
- требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- с учётом планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ЗПР;

В соответствии с **особыми образовательными потребностями** обучающихся с задержкой психического развития и обусловленными в связи с этим трудностями при изучении предмета необходимо обратить внимание на выделение пропедевтического периода при изучении некоторых тем, обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы (ЦНС) и нейродинамики психических процессов обучающихся с ЗПР (быстрой истощаемости, низкой работоспособности, пониженного общего тонуса и др.), «пошаговом» предъявлении материала, дозированной помощи взрослого, использовании специальных методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающегося, так и компенсации индивидуальных недостатков развития, применение наглядно-действенного характера содержания образования; обеспечение непрерывного контроля за становлением учебно-познавательной деятельности обучающегося, продолжающегося до достижения уровня, позволяющего справляться с учебными заданиями самостоятельно; на организацию постоянной помощи в осмыслении и расширении контекста усваиваемых знаний, в закреплении и совершенствовании освоенных умений; специальное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью; постоянное стимулирование познавательной активности, побуждение интереса к предмету; использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения; развитие и отработка средств коммуникации, развитие познавательной деятельности обучающихся с ЗПР как основы компенсации, коррекции и профилактики нарушений.

Направленность программы: спортивно-оздоровительная.

Цель: воспитание у учащихся 1-4-х классов основ здорового образа жизни посредством подвижных игр.

Задачи:

- устранение мышечной скованности, снятие физической и умственной усталости;
- удовлетворение суточной потребности в физической нагрузке; - формирование установок здорового образа жизни;
- укрепление и развитие дыхательного аппарата и организма детей;
- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм и физическим упражнениям;
- формирование общих представлений о режиме двигательной активности, его значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья;
- воспитание и формирование лидерских качеств личности, способной взаимодействовать в команде;

- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга. Результаты решения выше перечисленных задач определяются в игровой форме.

Программа направлена на:

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями,
- расширение межпредметных связей, формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов.

Общая характеристика курса. На первых порах совместно с учителем ученики

выполняют репродуктивные задания, позволяющие им понять суть подвижных игр,

затем наступает черёд продуктивных заданий, в рамках которых ученики пробуют

применить полученные знания в новой ситуации (в новых играх, упражнениях). Наконец, учащиеся самостоятельно используют полученные знания, умения в различных жизненных ситуациях.

Программа нацелена на формирование личностных результатов, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий.

Дает возможность ребёнку убедиться в необходимости быть здоровым. Форма организации деятельности – коллективная и групповая.

Для решения задачи сохранения здоровья и формирования здоровьесберегающего спортивно-ориентированного стиля жизни учащихся, учебно-образовательный процесс строится согласно приоритетам здоровьесберегающих технологий, с применением следующих групп средств: средства двигательной направленности; оздоровительные силы природы; гигиенические факторы.

2. Общая характеристика программы внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры учащиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

3. Описание места курса в учебном плане.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры», рассчитана на 1-4 классы. Предназначена для обучающихся 1-4-х классов, все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение в 1-х классах 1 час в неделю (33 часа в год); во 2-м классе – 1 час в неделю (34 часа в год). в 3-м классе – 1 час в неделю (34 часа в год) в 4-м классе – 1 час в неделю (34 часа в год)

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного курса

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира - частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности - любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма - одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества - осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

1 класс

Личностные результаты:

- 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;
 - 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;
- 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 двигательной активности 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, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

2 класс

Личностные результаты:

- 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;
 - 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;
- 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 двигательной активности 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, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

3 класс

Личностные результаты

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

Метапредметные результаты

- † характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- † находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- † общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- † обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- † организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- † планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- † анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- † видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- † оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- † управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- † технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- † представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- † оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- † организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- † бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- † организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
 - † взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
 - † в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
 - † находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;† выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

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

4 класс

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

целостный, социально ориентированный взгляд на мир;

ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин; способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности; активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на

принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;

развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;

освоение правил здорового и безопасного образа жизни. **Метапредметными** результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

планирование общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов;

осуществление взаимного контроля;

оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;

принимать и сохранять учебную задачу;

планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;

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

различать способ и результат действия;

вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Познавательные УУД: добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;

перерабатывать полученную информацию, делать выводы; преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр; устанавливать причинно-следственные связи. **Коммуникативные УУД:**

взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры); адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач; допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии; учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им; учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности: Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;

развитие физических способностей;

освоение правил здорового и безопасного образа жизни; развитие психических и нравственных качеств;

повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

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

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

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» обучающиеся должны **знать**: основы истории развития подвижных игр в России;

педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;

возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;

индивидуальные способы контроля по развитию адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья; **Должны уметь:**

адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях; отвечать за свои поступки;

отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;

технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;

разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;

управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием. **Критерии оценивания планируемых результатов программ внеурочной деятельности**

По программам внеурочной деятельности применяется безотметочная система оценивания. Для промежуточной аттестации используется зачетная система оценивания зачет/незачет. Форма промежуточной аттестации — защита проекта.

6. Содержание курса внеурочной деятельности

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, национальные игры других народностей, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

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

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

«Русские народные игры» включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

«Игры народов России». Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

«Подвижные игры». Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

«Эстафеты». Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

7. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности учащихся

1 класс

№	Разделы	Кол-во часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Русские народные	8	Знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся,

	игры		координацию движений, силу и ловкость. Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре. Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями.
2	Подвижные игры	17	
3	Эстафеты	7	
	Защита проекта	1	
	Итого	33	

1 (2год обучения) класс

№	Разделы	Кол-во часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Русские народные	8	Знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость.

	игры		<p>Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.</p> <p>Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями.</p>
2	Подвижные игры	17	
3	Эстафеты	7	
	Защита проекта	1	
	Итого	33	

2 класс

№	Разделы	Кол-во часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Русские народные игры	12	<p>Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости) Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими</p>
2	Подвижные игры	8	
3	Эстафеты	8	
4	Игры народов России	5	

	Защита проекта	1	упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях.
	итого	34	

3 класс

№	Разделы	Кол-во часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Русские народные игры	11	<p>Знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями</p>
2	Эстафеты	6	

3	Игры народов России	16	
	Защита проекта	1	
	итого	34	

4 класс

№	Разделы	Кол-во часов	Характеристика деятельности обучающихся
1	Русские народные игры	19	<p>Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения.</p> <p>Знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям. Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями.</p>
2	Эстафеты	8	
3	Игры народов России	6	
	Защита проекта	1	
	итого	34	

Тематическое планирование 1 класс

№	Дата	Кол-во час	Тема урока
1		1	Вводный урок. Игра с элементами ОРУ "Класс, смирно!"
2		1	Игра с элементами ОРУ "Класс, смирно!"
3		1	Эстафеты с бегом: "Конники - спортсмены",
4		1	Русские народные игры. Игры с бегом: "Гуси - лебеди"

5	1	Игры с прыжками "Попрыгунчики-воробушки". Разучивание и закрепление
6	1	Игры с прыжками:"Прыжки по полоскам"-разучивание и закрепление
7	1	Русские народные игры. "Два мороза" – разучивание и закрепление.
8	1	Русские народные игры. «На печи застыл»
9	1	Эстафета с мячом
10	1	Игры с мячом: "Ловушки с мячом"
11	1	Русские народные игры. «Перебежки»
12	1	Игры с мячом: "Метко в цель"
13	1	Игры у гимнастической стенки: "Невидимки"- разучивание
14	1	Русские народные игры «Баба Яга»
15	1	Эстафета с лазаньем и перелезанием
16	1	Игры на санках "Трамвай",
17	1	Игры на санках"Пройди и не задень"
18	1	Русские народные игры «Волк во рву»
19	2	Игры с прыжками: "Удочка", разучивание и закрепление
20	1	Игры с прыжками: "Прыгающие воробушки".
21	1	Эстафета с флажком
22	1	Русские народные игры. "Гуси-лебеди"
23	1	Игры с мячом: «У кого меньше мячей»,
24	1	Эстафета «Перекасти мяч»
25	1	Игры с обручами: "Упасть не давай",
26	1	Эстафета с обручами: «Пролезай - убегай"-повтор

27,28		2	Русские народные игры. «Воробьи и ворона», разучивание и закрепление
29		1	Игра: «Мишки и шишки», закрепление
30		1	Эстафета «Кенгуру»
31		1	Эстафета со скакалками
32		1	Игра-соревнование "Веселые старты"
33		1	Подведение итогов. Защита проектов

Тематическое планирование 1 (2год обучение) класс

№	Дата	Кол-во час	Тема урока
---	------	------------	------------

1		1	Вводный урок. Игра с элементами ОРУ «Наблюдатели»
2		1	Игра с элементами ОРУ «Наблюдатели»
3		1	Игры с бегом: «Заря»
4		1	Эстафета «Мы весёлые ребята»
5		1	Игры с прыжками «Скакуны» - разучивание
6		1	Русские народные игры. «Лошадки»
7		1	Игры с прыжками: «Перемена мест» - разучивание
8		1	Русские народные игры. «Перебежки»
9, 10		2	Эстафеты с бегом
11		1	Русские народные игры. «Хлоп. Хлоп. Убегай.»

12		1	Игры с мячом: «Не упусти мяч» - разучивание
13		1	Эстафета с мячом
14		1	Игры с мячом: «Свечка» - разучивание
15		1	Русские народные игры. «Жмурки»
16		1	Игры с мячом: «Передача мяча»
17		1	Эстафета с обручами
18		1	Русские народные игры. «Гори, гори ясно»
16		1	Игры у гимнастической стенки: «Белочка – защитница» -разучивание
19		1	Игры у гимнастической стенки: «Белочка – защитница» -закрепление
20		1	Эстафета с бегом и прыжками
21,22		2	Игры на санках: «Тяни – толкай»
23,24		2	Эстафета «Зимние забавы»
25		1	Русские народные игры. "Гуси-лебеди"
26,27		2	Игры с прыжками: «Зайцы в огороде» - разучивание и закрепление
28		1	Русские народные игры «Баба Яга»
29		1	Игры с прыжками: «Лягушки – попрыгушки»
30		1	Эстафета с флажком
31		1	Игра «Туда – обратно» - разучивание
32		1	Русские народные игры «Волк во рву»
33		1	Защита проектов

№	Дата	Кол-во час	Тема урока
1		1	Вводный урок. Здоровый образ жизни
2		1	Русская народная игра «Жмурки»
3		1	Русская народная игра «Кот и мышь»
4		1	Русская народная игра «Горелки»
5		1	Русская народная игра «Салки»
6		1	Русская народная игра «Пятнашки»
7		1	Русская народная игра «Охотники и зайцы»
8		1	Русская народная игра «Фанты»
9		1	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»
10		1	Русская народная игра «Волк»
11		1	Русская народная игра «Птицелов»
12		1	Подвижная игра «Совушка»
13		1	Подвижная игра «Мышеловка»
14		1	Подвижная игра «Пустое место»
15		1	Подвижная игра «Карусель»
16		1	Подвижная игра «Кто быстрее?»
17		1	Подвижная игра «Конники-спортсмены»
18		1	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»
19		1	Подвижная игра «Карлики и великаны»

20		1	Эстафета «Передача мяча»
21		1	Эстафета «С мячом»
22		1	Эстафета зверей
23		1	Эстафета «Быстрые и ловкие»
24		1	Эстафета «Вызов номеров»
25		1	Эстафета по кругу
26		1	Эстафета с обручем
27		1	Эстафета со скакалкой
28		1	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»
29		1	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»
30		1	Бурятская народная игра «Ищем палочку»
31		1	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»
32		1	Марийская народная игра «Катание мяча»
33		1	Татарская народная игра «Серый волк»
34		1	Подведение итогов. Защита проектов

Тематическое планирование 3 класс

№	Дата	Кол-во час	Тема урока
1		1	Русская народная игра «Краски»
2		1	Русская народная игра «Гори, гори ясно»

3		1	Русская народная игра «Ляпка»
---	--	---	-------------------------------

4		1	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»
5		1	Бурятская народная игра «Ищем палочку»
6		1	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»
7		1	Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»
8		1	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»
9		1	Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»
10		1	Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»
11		1	Марийская народная игра «Катание мяча»
12		1	Татарская народная игра «Серый волк»
13		1	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»
14		1	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка»
15		1	Чечено-ингушская игра «Чиж»
16		1	Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»
17		1	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»
18		1	Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»
19		1	Чувашская игра «Рыбки»
20		1	Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»
21		1	Эстафета «Вызов номеров»
22		1	Эстафета по кругу
23		1	Эстафета с обручем
24		1	Эстафета с мячом
25		1	Эстафета «Быстрые и ловкие»

26		1	Эстафета «Встречная»
27		1	Русская народная игра «Салки»
28		1	Русская народная игра «Пятнашки»
29		1	Русская народная игра «Охотники и зайцы»
30		1	Русская народная игра «Фанты»
31		1	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»
32		1	Русская народная игра «Волк»
33		1	Русская народная игра «Птицелов»
34		1	Подведение итогов. Защита проектов

Тематическое планирование 4 класс

№	Дата	Кол-во час	Тема урока
1		1	Русская народная игра «Жмурки»
2		1	Русская народная игра «Кот и мышь»
3		1	Русская народная игра «Горелки»

4		1	Русская народная игра «Салки»
5		1	Русская народная игра «Пятнашки»
6		1	Русская народная игра «Охотники и зайцы»
7		1	Русская народная игра «Фанты»
8		1	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»

9		1	Русская народная игра «Волк»
10		1	Русская народная игра «Птицелов»
11		1	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»
12		1	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»
13		1	Бурятская народная игра «Ищем палочку»
14		1	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»
15		1	Марийская народная игра «Катание мяча»
16		1	Татарская народная игра «Серый волк»
17		1	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»
18		1	Чувашская игра «Рыбки
19		1	Эстафета «Передача мяча»
20		1	Эстафета со скакалкой
21		1	Эстафета «С мячом»
22		1	Эстафета зверей
23		1	Эстафета «Быстрые и ловкие»
24		1	Эстафета «Вызов номеров»
25		1	Эстафета по кругу
26		1	Эстафета с обручем
27		1	Русская народная игра «Салки»
28		1	Русская народная игра «Пятнашки»
29		1	Русская народная игра «Охотники и зайцы»
30		1	Русская народная игра «Краски»

31		1	Русская народная игра «Гори, гори ясно»
32		1	Русская народная игра «Третий лишний»
33		1	Русская народная игра «Пятнашки»
34		1	Подведение итогов. Защита проектов

8. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Учебно-методические средства обучения Технические средства обучения

-интерактивная доска; — компьютер;

Экранно-звуковые пособия

— аудиозаписи в соответствии с программой обучения; — презентации;

— видеофильмы, соответствующие тематике программы; — мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие тематике курса.

Оборудование

<i>Учебно-практическое оборудование</i>
Перекладина гимнастическая (пристеночная)
Стенка гимнастическая
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные
Палка гимнастическая
Скакалка детская
Мат гимнастический
Кегли
Обруч детский

Список учебных пособий:

1. «Образовательная система «Школа 2100» федеральный государственный образовательный стандарт, Примерная основная образовательная программа. В 2-х книгах. Книга 2. Программа отдельных предметов для начальной школы /Под науч. ред. Д.И. Фельдштейна- изд. 2-е, испр.- М.: Баласс, 2018.- 432с.
2. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
3. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 1-4 классы: проект. – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2018.- 61с. – Стандарты второго поколения.
4. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2017.- 251 с.
5. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2018.-128с.

Интернет-ресурсы:

1. Подвижные игры в начальной школе https://yandex.ru/video/preview/?text=видео%20подвижные%20игры%20в%20начальных%20классах&path=yandex_search&parent-reqid=1660549481884590-7603701404093972999-vla1-5155-vla-17-balancer-8080-BAL-8815&from_type=vast&filmId=10722911599982946576
2. Карточка подвижных игр для детей начальной школы <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2013/12/21/kartoteka-podvizhnykh-igr-dlya-detey-nachalnoy>
3. Карточка эстафет для начальной школы <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/02/estafety>
4. Карточка игр народов России <https://infourok.ru/kartoteka-nacionalnie-podvizhnie-igri-narodov-rossii-3909663.html>