государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа с. Кротково
муниципального района Похвистневский Самарской области

Проверено
Зам. директора по УВР
_ С.М.Нардед
(подпись) (ФИО)
«31» августа 2023г.

Утверждено
приказом №64/4 - од
от «31» августа 2023 г.
Директор Клюшина Т.В

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет (курс) «Подвижные игры»

Класс 1-4

Общее количество часов по учебному плану 135

Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол 3/21 от 27.09.2021 г.

Рассмотрена на заседании МО начальных классов
Протокол №1 от «31» августа 2023г.

Руководитель МО_ Н.А. Николаева
(подпись) (ФИО)

C=RU, O=ГБОУ СОШ с. Кротково, CN=Клюшина Т.В., E=krotkovo-1977@mail.ru
00bc451c6643018b22
2023.08.31 07:15:19+04'00'

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» предназначена для учащихся начальных классов и предполагает, что при переходе из одного класса в другой, объем и уровень знаний будет дополняться новыми спортивными играми.

Программа направлена на:

- Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
- Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
- Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
- Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

Новизна программы

Новизна программы заключается в том, что она, в отличие от других подобных программ, предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр с первого года обучения.

В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранные подвижные и спортивные игры, эстафеты.

Актуальность

Стратегия тренировочных нагрузок при многолетней подготовке учащихся предполагает определённое соотношение средств общей и специальной физической подготовки. Данные многих научных исследований свидетельствуют о том, что путь замены средств общей физической подготовки специальными упражнениями не является достаточно эффективным. Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

При раннем занятии ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и необходимы максимальные нагрузки для их повышения.

При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям,

трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Целью программы является создание условий для достижения учащимися высоких спортивных результатов посредством педагогически целесообразного применения многообразной подготовки в учебно-тренировочном процессе.

Основными задачами реализации поставленной цели являются:

- укрепление здоровья учащихся, содействие их разносторонней физической подготовленности;
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
- развитие морально- волевых качеств, учащихся;
- привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
- создать детям условия для полноценной реализации их двигательных потребностей;
- формировать у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового образа жизни;
- развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
- стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
- развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;

- воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
- формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы является увеличение количества часов на изучение подвижных игр, а также на изучение элементов спортивных игр на период первых 4-х годов обучения.

Место курса в учебном плане

На изучение курса «Подвижные игры» в 1 – 4 классах отводится 136 часа; в 1 классе 34 часа в год; во 2,3,4 классах по 34 часа в год по 1 часу в неделю.

Возраст детей, участвующих в реализации программы

Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» предназначена для учащихся начальных классов и предполагает, что при переходе из одного класса в другой объем и уровень знаний будет дополняться спортивными играми. Программа учитывает возрастные и половые особенности учащихся.

В программу также включены такие формы и виды деятельности работы, как:

- общешкольные спортивно-массовые мероприятия;
- туристские походы;
- спортивные праздники;

Цель этих мероприятий - пропаганда физической культуры и спорта, здорового образа жизни, развитие нравственных и эстетических качеств, формирование устойчивой мотивации у обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, рациональное использование свободного времени, активный отдых.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Ожидаемый результат:

- действенная поддержка у младших школьников должного запаса «адаптационной энергии» – тех ресурсов, которые помогают противодействовать стрессовым ситуациям, повышают неспецифическую устойчивость организма к воздействию окружающей среды, способствуя снижению заболеваемости;
- стимуляция процессов роста и развития, что благоприятно сказывается на созревании и детского организма, на его биологической надежности;
- наличие положительных эмоций, что способствует охране и укреплению психического здоровья;
- влияние на своевременное формирование двигательных умений и навыков и стимулирование развития основных физических качеств младших школьников (силы, быстроты, ловкости, выносливости, равновесия и координации движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
- формирование навыков самоорганизации культурного досуга

После окончания ***этапа начальной подготовки*** учащиеся узнают**:**

-об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;

-упрощенные правила спортивных игр (футбол, баскетбол, лапта) и подвижных игр для развития физических качеств;

-гигиенические требования к спортивной одежде и обуви.

научатся:

-выполнять общеразвивающие упражнения на развитие координации движений, ловкости, гибкости, силы мышц ног, рук, спины, брюшного пресса;

-играть по упрощенным правилам в спортивные (футбол, баскетбол, лапта) и подвижные игры для развития физических качеств;
-соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;

После окончания ***I года обучения,*** учащиеся узнают

- задачи общей физической подготовки;
- цель и задачи разминки, основной и заключительной частей занятий;
- основы техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;
- историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр;
- упрощенные правила спортивных игр (футбол, лапта) и подвижных игр;
- гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде;
- характерные спортивные травмы и их предупреждение;
- способы и приемы первой помощи.

научатся:

- играть по упрощенным правилам в спортивные (футбол, лапта) и подвижные игры для развития выносливости, быстроты.
- соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;

После окончания ***II года обучения,*** учащиеся узнают:

- правила спортивных игр (футбол, лапта);
- историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр;
- значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья;
- основные правила судейства соревнований и правил подвижных игр;

научатся:

- играть по правилам в спортивные игры (футбол, лапта).
- выполнять упражнения на расслабление во время занятий;
- соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;

После окончания ***III года обучения*** учащиеся узнают**:**

- специфические особенности подвижных и спортивных игр направленных на развитие физических качеств;
- правила спортивных игр (футбол, баскетбол, лапта);
- основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой;

- правила дорожного движения;
- историю возникновения и развития легкой атлетики;
- понятие о силе воли и спортивном характере;
- значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья.
- положение о соревнованиях;
- общее представление судействе на соревнованиях;
- основные обязанности судей;
- перечень документов необходимых для участия в соревнованиях;
- меры личной и общественной профилактики болезней;
- характерные спортивные травмы и их предупреждение;
- правила оказания первой доврачебной помощи;
- причины утомления;

научатся:

- играть по правилам в спортивные игры (футбол, баскетбол, лапта);
- соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;
- выполнять обязанности помощников судей на соревнованиях.
- оказывать первую доврачебную помощь;

После окончания ***IV годов обучения*** учащиеся узнают**:**

- методику судейства соревнований по спортивным играм;
- меры личной и общественной профилактики болезней;
- характерные спортивные травмы и их предупреждение;
- правила оказания первой доврачебной помощи;
- правила спортивных игр (футбол, баскетбол, пионербол, лапта);
- основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой;
- правила дорожного движения;
- историю возникновения и развития подвижных и спортивных игр;
- понятие о силе воли и спортивном характере;
- значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья.

научатся:

- оказывать первую доврачебную помощь;
- анализировать технику своего бега и определять ошибки;
- подбирать и проводить спортивные и подвижные игры;
- работать в составе судейских бригад городских соревнований;
- владеть терминологией по изучению спортивных и подвижных игр;

Морально-волевые качества, которые развиваются в процессе занятий подвижными и спортивными играми.

сила воли - способность преодолевать значительные затруднения.

трудолюбие, настойчивость, терпеливость – это проявление силы воли во времени, на пути к достижению поставленной цели. Такая устремленность, питаемая моральным долгом, интересом и желанием достигнуть цели, главнейшая основа этих качеств.

выдержка и самообладание - это качества, определяющие умение спортсмена владеть собой, позволяющие сохранять психическую устойчивость и хладнокровие перед стартом и в «разгар» битвы на спортивной арене, обеспечивающие правильную реакцию и поведение спортсмена на различные сбивающие внешние факторы.

решительность – это умение в нужный момент принимать обоснованное решение, своевременно проводить его к исполнению.

мужество и смелость – это черты характера, выражающие моральную силу и волевую стойкость человека, храбрость, присутствия духа в опасности, готовность смело и решительно бороться за достижение благородной цели.

уверенность в своих силах – это качество, является основой бойцовского характера.

дисциплинированность – это умение подчинять свои действия требованиям долга, правилам и нормам, принятым в нашем обществе. Это необходимое качество для каждого человека.

самостоятельность и инициативность – это умение спортсмена намечать цели и план действий, самостоятельно принимать и осуществлять решения.

воля к победе - проявляется в сочетании всех волевых качеств спортсмена и опирается на его моральные качества.

Первый год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество теории	Часов практики	Всего
1	Техника безопасности	1,5	-	1,5
2	Беседы	1,5	-	1,5
3	Игры	-	31	31
	Итого			**34 ч.**

Второй год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество теории	Часов практики	Всего
1	Техника безопасности	2	-	2
2	Беседы	2	-	2
3	Спортивные, подвижные игры	-	26	26
	Итого			**34 ч.**

Третий год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество теории	Часов практики	Всего
1	Техника безопасности	4	-	4
2	Беседы	1,5	-	1,5
3	Спортивные и подвижные игры	-	28,5	28,5
	Итого			**34 ч.**

Четвертый год обучения

№ п/п	Тема занятий	Количество теории	Часов практики	Всего
1	Техника безопасности	2,5	-	2,5
2	Беседы	1,5	-	1,5
3	Игры	-	30	30
	Итого			**34 ч.**

Содержание курса

I. Теоретическая подготовка

Влияние физических упражнений на организм человека. Гигиенические требования к занимающимся. Физическая культура и спорт в России.

Понятие о баскетболе, мини-баскетболе, о спортивных, подвижных играх. Что является подвижными, спортивными играми. Понятие об игре в большой баскетбол и мини-баскетбол. Достижения по баскетболу. Правила игр по мини-баскетболу. Олимпийские игры.

Техника безопасности на занятии по мини-баскетболу. Охрана здоровья и меры безопасности на занятиях.

Особенности проведения игр в спортивном зале и на площадке. Использование ориентиров, ограничивающих место проведения занятия. Звуковые сигналы. Использование спортивного инвентаря.

II. Физическая подготовка

Выполнение комплексов ОФП, воздействующих на различные группы мышц.

Выполнение специальных упражнений, использование спортивного инвентаря и снарядов для развития физических качеств.

Игры с элементами челночного бега, бега на короткие дистанции, бега с ускорением.

Специально-подготовленные упражнения и эстафеты с элементами большого баскетбола Передача мяча: двумя руками сверху, от груди, из-за головы, снизу, передача мяча с отскоком от пола.

Ведение по прямой, по кругу, зигзагом.

Броски в горизонтальную, вертикальную цель.

III. Игровая деятельность (подвижные игры с мячом)

Игры с передачей и ловлей мяча: «Мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Поймай мяч», «Обгони мяч», «У кого меньше мячей», «Подвижная цель», «Лапта».

Игры с ведением мяча: «Вызовы по номерам», «Ведение мяча парами», «Ловишки с мячом».

Игры с бросками мяча в цель: «Пять бросков», «Бросание мяча в парах», «Метко в цель», «Чья команда больше», «Мяч капитану», «Лапта».

IV. Ознакомление с правилами игры в мини-футбол

Ознакомить с правилами игры. Учитывая возрастные особенности и физическую подготовленность детей игры в мини-баскетбол соответственно правилам. **Правила поведения во время игры.**

Тематическое планирование занятий внеурочной деятельности
"Подвижные игры" в 1 классе

№ п/п	**Содержание занятий**	**Форма деятельности**	**Кол-во часов**	**теория**	**практика**
1.	**Техника безопасности (Т/Б) при занятиях подвижными играми.** Разучивание игры «Стань правильно», «Карлики и великаны».	теоретическая	1	1	
2.	Разучивание игры «Совушка», «Бег сороконожек».	игровая	1		1
3.	Разучивание игры «Белые медведи», «Кошки мышки».	игровая	1		1
4.	Разучивание игры «Фигуры», «Пингвин с мячом».	игровая	1		1
5.	Разучивание игры «Салки», «Сбей мяч».	игровая	1		1
6.	**Беседа личная гигиена**. «Летает - не летает», «Морская фигура».	игровая, теоретическая	1	0,5	0,5
7.	«Кот и мыши», «Угадай кто?»	игровая	1		1
8.	«Эстафеты с мячом», «Беги и собирай».	игровая	1		1
9.	«Кто быстрей», «Жмурки».	игровая	1		1
10.	«Дети и медведь», «Гуси - лебеди».	игровая	1		1
11.	«День - ночь», «Кто быстрей»	игровая	1		1
12.	**Беседа**. Твой организм. «Кот проснулся»	игровая, теоретическая	1	0,5	0,5
13.	«Цепи кованные», «Кто быстрей?».	игровая	1		1

14.		Веселые эстафеты с предметами. **Т/Б**	эстафета	1	0,5	0,5
15.		«Угадай кто?», «Кот и мыши».	игровая	1		1
16.		«Птица без гнезда», «Красный, желтый, зеленый»	игровая	1		1
17.		«Ловишки», «Карлики и великаны».	игровая	1		1
18.		«Пятнашки», «День - ночь»	игровая	1		1
19.		Веселые старты.	эстафета	1		1
20.		«Рак пятиться назад», «Пингвин с мячом».	игровая	1		1
21.		«Ручеек», «Красный, желтый, зеленый»	игровая	1		1
22.		«Сбей мяч», «Быстро по местам».	игровая	1		1
23.		«Рак пятится назад», «День - ночь».	игровая	1		1
24.		Эстафеты с мячом.	игровая	1		1
25.		«Светофор», «Гуси – лебеди».	игровая	1		1
26.		«Невод», «Бег сороконожек».	игровая	1		1
27.		«Шишки, желуди, орехи», «Два мороза»	игровая	1		1
28.		«Волк во рву», «Белые медведи».	игровая	1		1
29.		**Беседа.** Закаливание организма. «Кошки мышки».	игровая, теоретическая	1	0,5	0,5
30.		«Кот и мыши», «Невод»	игровая	1		1
31.		«День и ночь», «Воробьи и вороны».	игровая	1		1
32.		«Шишки, желуди, орехи», «Зима - лето».	игровая	1		1
33.		«Колдунчик», «Салки выручалки».	игровая	1		1
34.		«Гуси и волк», «Салки выручалки».	игровая	1		1
Итого: 34 часа					**3**	**31**

Тематическое планирование занятий внеурочной деятельности
«Подвижные игры» во 2 классе

№ п/п	**Содержание занятий**	**Форма деятельности**	**Кол-во часов**	**Теория**	**Практика**
1.	**Техника безопасности при занятиях подвижными играми.** Правила игры. Обязательны ли они для всех? Разучивание игры *«Колечко».*	игровая, теоретическая	1	1	
2.	**Игры с бегом:** *«Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные»*	игровая	1		1
3.	**Беседа «Личная гигиена».** *Эстафета «Змеиные бега»*	беседа	1	0,5	0,5
4.	**Игры с прыжками:** *«Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот»,*	игровая	1		1
5.	**Игры с метанием, передачей и ловлей мяча:** *«Охотники и утки», «Мячик кверху», «Снайпер», «Лови мяч»*	игровая	1		1
6.	**Беседа «Значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья»** Игры: *«Снайпер», «Лови-бросай», «Мяч среднему».*	игровая, теоретическая	1	0,5	0,5
7.	**Игры с мячом.** Эстафета *«Озорные мячики»*	эстафета	1		1
8.	**Игры для формирования правильной осанки:** *«Бои на бревне», «Лошадки», «Ванька-встанька».*	игровая	1		1
9.	**Игры лазанием и перелезанием:** *«Защита укрепления», «Кошки - мышки», «Цепи кованы».*	игровая	1		1
10.	**Игры для развития внимания:** *«Волк во рву», «Медведи и пчелы», «Красный, желтый, зеленый»*	игровая	1		1
11.	**Хороводные игры:** *«Просо сеяли», «Заинька», «Ручеёк».*	игровая	1		1
12.	Веселые старты.	эстафета	1		1
13.	Специально-подготовленные упражнения и эстафеты с элементами большого баскетбола	игровая	1		1

14.	Игры с передачей и ловлей	игровая	1		1
15.	Игры с ведением мяча	игровая	1		1
16.	Игры с бросками мяча в цель	игровая	1		1
17.	**Техника безопасности на занятиях по мини-баскетболу**	игровая, теоретическая	1	0,5	0,5
18.	Мини - баскетбол	игровая	1		1
19.	Мини - баскетбол	игровая	1		1
20.	Мини - баскетбол	игровая	1		1
21.	Мини - баскетбол	игровая	1		1
22.	**Презентация «Олимпиада. Победы и рекорды».**	теоретическая	1	1	
23.	Малые Олимпийские игры	эстафета	1		1
24.	Разучивание игры «Мини-футбол».	игровая	1		1
25.	Сюжетные игры: *«Два Мороза», «Гуси-Лебеди», «У медведя во бору»,*	игровая	1		1
26.	Сюжетные игры: *«Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Сова и птички».*	игровая	1		1
27.	Общеразвивающие игры: *«Вытолкни за круг», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната».*	игровая	1		1
28.	Общеразвивающие игры: *«Встречный бой», «Казаки и разбойники», «Перетягивание каната».*	игровая	1		1
29.	Игры на свежем воздухе: *«Петушиный бой», «Пятнашки», «Ловля обезьян».*	игровая	1		1
30.	Космические спортивно-познавательные игры.	игровая	1		1
31.	Игры на свежем воздухе: «К своим флажкам», «Два мороза», «Бег сороконожек»	игровая	1		1
32.	Игры: «*Лапта», «Мяч соседу».*	игровая	1		1
33.	Игры: *«Пустое место», «Лапта»*	игровая	1		1
34.	**Беседа по ПДД. Игры подвижные по ПДД:** *«Будь*	игровая,	1	0,5	0,5

	внимательным», «Красный, желтый, зеленый», «Светофор»	познавательная			
Итого: 34 ч.				**4**	**30**

Тематическое планирование занятий внеурочной деятельности
«Подвижные игры» в 3 классе

№ п/п	Дата	Содержание занятий	Форма деятельности	Кол-во часов	Теория	Практика
1.		**Техника безопасности при занятиях подвижными играми.** Правила игры. Обязательны ли они для всех?	теоретическая	1	1	
2.		Влияние физических упражнений на организм человека. История возникновения Олимпийских игр. Игра «*Снайперы»*	игровая	1	0,5	0,5
		Подвижные игры (повторение игр, изученных в 1-2 классах)				
3.		**Игры с бегом:** *«Снайперы», «Пятнашки обыкновенные»*	игровая	1		1
4.		**Игры с бегом:** *«Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные»*	игровая	1		1
5.		**Беседа «Личная гигиена»**. *Эстафета с мячом.*	игровая, теоретическая	1	0,5	0,5
6.		**Игры с прыжками:** *«Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот»,*	игровая	1		1
7.		*«Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот».*	игровая	1		1
8.		**Игры с метанием, передачей и ловлей мяча:** *«Охотники и утки», «Мячик кверху», «Снайпер», «Лови мяч»*	игровая	1		1
9.		**Игры с метанием, передачей и ловлей мяча:** *«Охотники и утки», «Снайпер», «Мяч среднему».*	игровая	1		1
10.		**Игры с мячом:** *«Снайпер», «Лови-бросай», «Мяч среднему».*	игровая	1		1
11.		Эстафета *«Озорные мячики»*	эстафета	1		1
12.		**Игры для формирования правильной осанки:** *«Бои на бревне»,*	игровая	1		1

		«Лошадки», «Ванька-встанька».				
13.		**Игры лазанием и перелезанием:** *«Распутай верёвочку», «Кошки - мышки», «Цепи кованы».*	игровая	1		1
14.		*«Распутай верёвочку», «Кошки - мышки», «Цепи кованы».*	игровая	1		1
15.		**Игры для развития внимания:** *«Волк во рву», «Медведи и пчелы», «Ловишка»*	игровая	1		1
16.		*«Медведи и пчелы», «Красный, желтый, зеленый»*	игровая	1		1
17.		**Хороводные игры:** *«Просо сеяли», «Заинька», «Ручеёк».*	игровая	1		1
18.		*«Рукавичка», «Просо сеяли», «Ручеёк».*	игровая	1		1
19.		Правила игры в мини-баскетбол**. Техника безопасности на занятиях по мини-баскетболу.** Мини – баскетбол.	теоретическая	3	1	
20.		Мини - баскетбол		3		1
		Упражнения, игры, эстафеты с элементами футбола				
21.		Правила игры в мини-футбол**. Техника безопасности на занятиях.**	теоретическая	1	1	
22.		Упражнения с ведением мяча	познавательная	1		1
23.		«Мини-футбол».	игровая	1		1
24.		Веселые эстафеты с мячами. «Мини-футбол».	эстафета	1		1
25-26.		Игровая деятельность. Подвижные игры с мячом	игровая	1		2
		Подвижные игры на свежем воздухе				
27.		**Техника безопасности при занятиях подвижными играми на свежем воздухе.** *«Зима - лето, «Пятнашки», «Ловля обезьян»,* «Веселые старты»	игровая, теоретическая	1	0,5	0,5
28-30.		Игры: «*Мяч соседу», «Салки - выручалки», «Волк во рву» …*	игровая	1		3
31.		**Правила игры «Лапта».** Техника безопасности при игре в	игровая	1	0,5	0,5

		«Лапту»				
32.		**Русская игра «Лапта».**	игровая	1		1
33.		**Беседа по ПДД. Игры подвижные по ПДД:** *«Будь внимательным», «Красный, желтый, зеленый», «Светофор»*	познавательная, теоретическая	1	0,5	0,5
34.		**Туристический поход**	поход	1		1
Итого: 34 ч.					**5,5**	**28,5**

Тематическое планирование занятий внеурочной деятельности

«Подвижные игры» в 4 классе

№ п/п	**Дата**	**Содержание занятий**	**Форма деятельности**	**Кол-во часов**	**Теория**	**Практика**
1.		**Техника безопасности при занятиях подвижными играми.** Правила игры. Обязательны ли они для всех?	теоретическая	1	1	
2.		Влияние физических упражнений на организм человека. Выдающиеся спортсмены нашего времени. Эстафеты.	эстафета, теоретическая	1	0,5	0,5
3.		**Игры с бегом:** *«Снайперы» , «Салки»*	игровая	1		1
4.		**Беседа «Личная гигиена».** *"Веселые старты"*	игровая, теоретическая	1	0,5	0,5
5.		**Игры с прыжками:** *«Кто дальше», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот»,*	игровая	1		1
6.		**Игры с метанием, передачей и ловлей мяча:** *«Охотники и утки», «Мячик кверху», «Снайпер», «Лови мяч»*	игровая	1		1
7.		**Игры с мячом:** *«Снайпер», «Лови-бросай», «Мяч среднему».*	игровая	1		1
8.		**Игры для формирования правильной осанки:** *«Бои на бревне», «Лошадки», «Ванька-встанька».*	игровая	1		1
9.		**Игры лазанием и перелезанием:** *«Распутай верёвочку», «Третий лишний», «Цепи кованы».*	игровая	1		1
10.		**Игры для развития внимания:** *«Волк во рву», «Медведи и пчелы», «Ловишка»*	игровая	1		1
11.		**Хороводные игры:** *«Просо сеяли», «Заинька», «Трубочист».*	игровая	1		1
12.		Упражнения и эстафеты с элементами большого баскетбола	эстафета	1		1

13.		Упражнения и эстафеты с передачей и ловлей мяча	познавательная	1		1
14.		Упражнения с ведением мяча	познавательная	1		1
15.		Упражнения с бросками мяча в цель	познавательная	1		1
16.		Игровая деятельность. Подвижные игры с мячом	игровая	1		1
17.		Игры с передачей и ловлей	игровая	1		1
18.		Игры с ведением мяча	игровая	1		1
19.		Игры с бросками мяча в цель	игровая	1		1
20.		Эстафеты с баскетбольным мячом	эстафета	1		1
21.		Правила игры в мини-баскетбол**. Техника безопасности на занятиях по мини-баскетболу.**	игровая, теоретическая	1	0,5	0,5
22.		Мини – баскетбол	игровая	1	1	1
23.		Правила игры в мини-футбол**. Техника безопасности на занятиях по мини-футболу.**	игровая, теоретическая	1	0,5	0,5
24.		Упражнения с ведением мяча	познавательная	1		1
25.		Упражнения с бросками мяча в цель	познавательная	1		1
26.		«Мини-футбол».	игровая	1		1
27.		Веселые эстафеты с мячами. «Мини-футбол».	эстафета	1		1
28.		**Техника безопасности при занятиях подвижными играми на свежем воздухе. Игры на свежем воздухе:** *«Зима - лето, «Пятнашки», «Ловля обезьян» …*	игровая	1	0,5	1
29.		«Веселые старты»	эстафета	1		1

30.		"Космический КВН" спортивно-познавательная игра.	игровая, познавательная	1	0,5	0,5
31.		Веселые старты с баскетбольными мячами.	эстафета	1		1
32.		**Правила игры «Лапта».** Техника безопасности при игре в «Лапту» **Русская игра «Лапта».**	игровая, познавательная	1	0,5	0,5
33.		**Беседа по ПДД.** **Игры подвижные по ПДД:** *«Будь внимательным», «Красный, желтый, зеленый», «Светофор»*	теоретическая, познавательная	1	0,5	0,5
34.		Поход	поход	1		1
Итого: 34 ч.					**4**	**30**

Оборудование инвентарь

№ п/н	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1	2	3
1.	Стандарт основного общего образования по физической культуре	1
2.	Примерная программа по физической культуре основного общего образования по физической культуре	1
3.	Авторские рабочие программы по физической культуре	1
4.	Учебник по физической культуре	1
5.	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту. Олимпийскому движению	1
6.	Методические издания по физической культуре для учителей	1
7.	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	По кол-ву детей
8.	Плакаты методические	По кол-ву детей
9.	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры и спорта, и Олимпийского движения	По кол-ву детей
10.	Стенка гимнастическая	По кол-ву детей
11.	Скамейка гимнастическая жесткая	По кол-ву детей
12.	Маты гимнастические	По кол-ву детей
13.	Мяч набивной (1 кг, 2 кг, 3 кг)	По кол-ву детей
14.	Мяч малый (теннисный)	По кол-ву детей
15.	Скакалка гимнастическая	По кол-ву детей
16.	Мяч малый (мягкий)	По кол-ву детей
17.	Палка гимнастическая	По кол-ву детей
18.	Обруч гимнастический	По кол-ву детей

19.	Флажки разметочные на опоре	По кол-ву детей
20.	Рулетка измерительная (10 м, 50 м)	По кол-ву детей
21.	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	По кол-ву детей
22.	Мячи баскетбольные	По кол-ву детей
23.	Дополнительный инвентарь	По кол-ву детей
24.	Спортивный зал игровой	1

Библиографический список литературы

Адашкявичене Э.Й. Баскетбол для школьников: из опыта работы. – М.: Просвещение, 1983. – 79с.

Буйлин Ю.Ф., Портных Ю.И. Мини-баскетбол в школе. – М.: Просвещение, 1976. -112с.

Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. – М.: Просвещение, 2010. -223с.

Литвинова М.Ф. "Подвижные игры и игровые упражнения". – М. Просвещение, 2005г. -215с

Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование/ под ред. В.А.Горского. – М.: Просвещение, 2010. – 111с.

Пичугин С. С. Подвижные народные игры как форма организации и проведения динамической паузы с детьми младшего школьного возраста. [Текст] / С. С. Пичугин // Начальная школа: до и после. – 2006. – № 1. – С. 26–2