

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

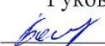
Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию г. Барнаула

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 56»

Октябрьского района г. Барнаула

РАССМОТРЕНО  
методическим объединением  
учителей  
Руководитель МО  
 (Бауэр Я.Н.).  
Протокол № 3  
от «24»\_\_08\_\_2023 г.

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
Протокол № 13  
от «25»\_\_08\_\_2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
 (Стенанова Л.Е.)  
Приказ № 142/1  
от «25»\_\_08\_\_2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного курса  
**ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
кружка  
«Юный чемпион»  
уровень начального общего образования  
срок освоения: 1 год(1 А класс)

Составитель: Давтян Армине Ашотовна,  
учитель начальных классов

Барнаул, 2023

## **I. Пояснительная записка.**

-Рабочая программа по внеурочной деятельности для младших школьников разработана на основании основных нормативных документов:

- Закон РФ «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарт начального общего образования" от 06.10.2009 N 373";
- Учебного плана МБОУ «СОШ №56»».
- Календарного учебного графика МБОУ «СОШ №56».
- Положения о рабочей программе учебных предметов, курсов, в том числе внеурочной деятельности МБОУ «СОШ №56»

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Разговоры о важном» реализуется педагогом с учётом рабочей программы воспитания

### **Возрастная группа:**

Учебный курс предназначен для обучающихся 1–4-х классов; рассчитан на 1 час в неделю/33 часа в год .

### **Цели программы:**

- Здоровьесбережение младших школьников;
- Развитие ловкости, быстроты, силы;
- Освоение культурного наследия русского народа.

### **Задачи:**

#### Образовательные:

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству.
- Расширение кругозора младших школьников.

#### Развивающие:

- Развитие познавательного интереса к русским 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.

## **Содержание программы.**

### **1 год обучения**

#### **I. Игры с бегом (8 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

*Практические занятия:*

- Комплекс упражнений ОРУ на месте. Игры "Фигуры", "Волки, зайцы, лисы", "Медведь и пчелы", "Третий лишний".
- Комплекс упражнений ОРУ в движении. Игры "У медведя во бору", "Веселые ракеты", "Краски", "Белые медведи".
- Комплекс упражнений с предметами. Игры "Салки", "Шишки, желуди, орехи", "Удержи обруч", "Пустое место".
- Комплекс упражнений в кругу. Игры "Отгадай чей голос?", "Караси и Щуки", "Гуси - лебеди".

## **II. Игры с мячом (12 часов).**

*Теория.* История возникновения игр с мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу», "Гусеница", "Перестрелка".
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели», "Перестрелка".
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей», "Перестрелка".
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель», "Перестрелка".
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса, работа с набивными мячами. Игра "Охотники и утки", "Передал садись", "Перестрелка".

## **III. Игры с прыжками ( 8 часов).**

*Теория.* Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». Игра "Петушинные бои". Игра "Кенгуру".
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».
- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

## **IV. Игры малой подвижности (6 часов).**

*Теория.* Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты». Игра «Кто быстрее встанет в круг».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». Игра «Построение в шеренгу».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». Игра "Язычок".

## **V. Народные игры (12 часов)**

*Теория.* Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба».
- Разучивание народных игр. Игра «Чижик».
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота».
- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".

## **VI. Зимние забавы (10 часов).**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

*Практические занятия:*

- Игра «Скатывание шаров».
- Игра «Гонки снежных комов».
- Игра «Гонки санок».
- Игра «Слаломисты».
- Игра «Черепахи».

## **VII. Эстафеты (10 часов).**

*Теория.* Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

#### *Практические занятия:*

- Беговая эстафеты.
- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
- Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.
- Эстафета "вызов номеров".

### **Содержание программы**

#### **2-й год обучения**

#### **I. Игры с бегом ( 8 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

#### *Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи». Игра "Лиса и куры".
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». "Веселые ракеты".
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место». Игра «Невод».
- Упражнения с предметами. Игра «Колесо»  
«Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики». Игра «Челнок». Игра «Карусель».

#### **II. Игры с мячом (14 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при играх мячом.

#### *Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи», "Перестрелка".
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч». Игра "Гусеница".
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». Игра "Перестрелка".
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча  
Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». Игра "Мяч по полу".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".
- Комплекс ОРУ в движении. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Гонка мячей".
- Комплекс ОРУ в круте. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "

#### **III. Игры с прыжками (8 часов)**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

#### *Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

#### **IV. Игры малой подвижности (6 часов)**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

#### *Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». Игра «На новое место».

- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». Игра "Лабиринт".
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». Игра «Что изменилось?».

## **V. Народные игры (12 часов)**

*Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

## **VI. Зимние забавы (10 часов)**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

*Практические занятия:*

- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных».
- Игра "Слаломисты".
- Игра "Воротца".

## **VII. Эстафеты (10 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки.

*Практические занятия:*

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

**Содержание программы**

**3 год обучения**

### **I. Игры с бегом (8 часов)**

*Теория:* Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок». Игра «Пятнашки с домом». Игра «Дай руку».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки». Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Ловушки в кругу».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки». Игра «Много троих, хватит двоих».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».

### **II. Игры с мячом (14 часов)**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
  - Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»
- Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".

### **III. Игры с прыжками (8 часов)**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

### **IV. Игры малой подвижности (6 часов)**

*Теория.* Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

*Практические занятия*

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».

### **V. Народные игры (12 часов)**

*Теория.* Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы».
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".
- Игра "Русская лапта".

### **VI. Зимние забавы (10 часов)**

*Теория.* Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

*Практические занятия:*

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Меткой стрелок».
- Игра "Слаломисты".
- Игра "Воротца".

### **VII. Эстафеты (10 часов)**

*Теория.* Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

*Практические занятия:*

- Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».

- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

## **Содержание программы**

### **4 год обучения**

#### **I. Игры с бегом (8 часов).**

*Теория.* Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Воробушки и кот». Игра «Пятнашки маршем».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята». «Скороходы и бегуны».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки». Игра «Игра «Без пары».

#### **II. Игры с мячом (14 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». Игра "Головой, ногой через сетку".
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». Игра "Головой, ногой через сетку".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»  
Игра «Защищай ворота».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».  
Игра «Мяч в центре».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол". Игра "Головой, ногой через сетку".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".

#### **III. Игры с прыжками (8 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «белые медведи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

#### **IV. Игра малой подвижности (6 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет». Игра "Городки".
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». Игра «Невидимки».

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». Игра «Наблюдатели». Игра "Городки".

## **V. Народные игры (12 часов)**

*Теория.* Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".
- Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".
- Разучивание народных игр. Игра "Коршун".
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки".
- Игра "Русская лапта".

## **VI. Зимние забавы (10 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

*Практические занятия:*

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Пустое место».
- Игра «Кто дальше» (на лыжах).
- Игра «Быстрый лыжник».

## **VII. Эстафеты (10 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.

*Практические занятия:*

- Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).

## **Ожидаемый результат реализации программы «Подвижные игры»:**

### **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 и исполнителя).

**Календарно - тематическое планирование для 1 года обучения**

№	Тема занятий	Кол-во часов	Форма контроля	Место проведения
1.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.  Комплекс упражнений ОРУ на месте. Игры "Фигуры", "Волки, зайцы, лисы", "Медведь и пчелы", "Третий лишний".	2	Беседа   наблюдение	Спортивный зал   Спортивная площадка
2.	Комплекс упражнений ОРУ в движении. Игры "У медведя во бору", "Веселые ракеты", "Краски", "Белые медведи".	2	наблюдение	Спортивная площадка
3.	Комплекс упражнений с предметами. Игры "Салки", "Шишки, желуди, орехи", "Удержи обруч", "Пустое место".	2	наблюдение	Спортивная площадка
4.	Комплекс упражнений в кругу. Игры "Отгадай чей голос?", "Караси и Щуки", "Гуси - лебеди".	2	наблюдение	Спортивная площадка

5.	<p>История возникновения игр с мячом.</p> <p>Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу», "Гусеница", "Перестрелка".</p>	2	<p>Беседа</p> <p>наблюдение</p>	Спортивный зал
6.	<p>Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели», "Перестрелка".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
7.	<p>Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей», "Перестрелка".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
8.	<p>Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель», "Перестрелка".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
9.	<p>Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель», "Перестрелка".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
10.	<p>Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса, работа с набивными мячами. Игра "Охотники и утки", "Передал садись", "Перестрелка".</p>	2	наблюдение	Спортивный зал
11.	<p>Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность</p>	2	Беседа	Спортивный зал

	обучения прыжкам.  Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». Игра "Петушины бои". Игра "Кенгуру".		наблюдение	Спортивная площадка
12.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».	2	наблюдение	Спортивная площадка
13.	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».	2	наблюдение	Спортивная площадка
14.	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	2	наблюдение	Спортивная площадка
15.	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.  Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	2	Беседа          наблюдение	Спортивный зал          Спортивная площадка
16.	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд». Игра «Построение в шеренгу».	2	наблюдение	Спортивная площадка
17.	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки». Игра "Язычок".	2	наблюдение	Спортивная площадка
18.	Народные игры – основа	2	Беседа	Спортивный зал

	игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.  Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан - ба».		наблюдение	Спортивная площадка
19.	Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан - ба».	2	наблюдение	Спортивная площадка
20.	Разучивание народных игр. Игра «Чижик».	2	наблюдение	Спортивная площадка
21.	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота».	2	наблюдение	Спортивная площадка
22.	Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".	2	наблюдение	Спортивная площадка
23.	Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".	2	наблюдение	Спортивная площадка
24.	Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. Игра «Скатывание шаров».	2	беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
25.	Игра «Гонки снежных комов».	2	наблюдение	Спортивная площадка
26.	Игра «Гонки санок».	2	наблюдение	Спортивная площадка
27.	Игра «Слаломисты».	2	наблюдение	Спортивная площадка
28.	Игра «Черепахи».	2	наблюдение	Спортивная площадка
29.	Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.  Беговая эстафеты.	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
30.	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	2	наблюдение	Спортивный зал
31.	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.	2	наблюдение	Спортивная площадка
32.	Эстафета "вызов"	2	наблюдение	Спортивная площадка

	номеров".			
33.	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками) Подведение итогов	2	наблюдение  анкетирование	Спортивный зал

**Календарно - тематическое планирование для 2 года обучения**

<b>№</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Форма контроля</b>	<b>Место проведения</b>
1.	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега. Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи». Игра "Лиса и куры".	8	Беседа       наблюдение	Спортивный зал       Спортивная площадка
2.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». " Веселые ракеты".	2	наблюдение	Спортивная площадка
3.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место». Игра «Невод».	2	наблюдение	Спортивная площадка
4.	Упражнения с предметами. Игра «Колесо» «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики». Игра «Челнок». Игра «Карусель».	2	наблюдение	Спортивная площадка
5.	Правила безопасного поведения при с играх мячом. Совершенствование	2	Беседа       наблюдение	Спортивный зал

	координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи», "Перестрелка".			
6.	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч». Игра "Гусеница".	2	наблюдение	Спортивный зал
7.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд». Игра "Перестрелка".	2	наблюдение	Спортивный зал
8.	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч». Игра "Мяч по полу".	2	наблюдение	Спортивный зал
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Салки с ведением баскетбольного мяча". Игра "Перестрелка с пленом".	2	наблюдение	Спортивный зал
10.	Комплекс ОРУ в движении. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Гонка мячей".	2	наблюдение	Спортивный зал
11.	Комплекс ОРУ в круге. Игра "Перестрелка с пленом". Игра "Молекулы".	2	наблюдение	Спортивный зал
12.	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой Комплекс ОРУ. Игра	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка

	«Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».			
13.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	2	наблюдение	Спортивная площадка
14.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».	2	наблюдение	Спортивный зал
15.	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»	2	наблюдение	Спортивный зал
16.	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». Игра «На новое место».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
17.	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». Игра "Лабиринт".	2	наблюдение	Спортивная площадка
18.	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». Игра «Что изменилось?».	2	наблюдение	Спортивный зал
19.	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
20.	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	2	наблюдение	Спортивная площадка
21.	Разучивание народных	2	наблюдение	Спортивная площадка

	игр. Игра «Верёвочка»			
22.	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	2	наблюдение	Спортивная площадка
23.	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	2	наблюдение	Спортивная площадка
24.	Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	2	наблюдение	Спортивная площадка
25.	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности. Игра «Санные поезда».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
26.	Игра «На одной лыже».	2	наблюдение	Спортивная площадка
27.	Игра «Езда на перекладных».	2	наблюдение	Спортивная площадка
28.	Игра "Слаломисты".	2	наблюдение	Спортивная площадка
29.	Игра "Воротца".	2	наблюдение	Спортивная площадка
30.	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки. Веселые старты.	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
31.	Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	2	наблюдение	Спортивная площадка
32.	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	2	наблюдение	Спортивная площадка
33.	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	2	наблюдение	Спортивная площадка
34.	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	2	наблюдение  анкетирование	Спортивный зал



№	Тема занятий	Кол-во часов	Форма контроля	Место проведения
1.	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы. Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок». Игра «Пятнашки с домом». Игра «Дай руку».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
2.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки». Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Ловушки в кругу».	2	наблюдение	Спортивная площадка
3.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки». Игра «Много троих, хватит двоих».	2	наблюдение	Спортивная площадка
4.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».	2	наблюдение	Спортивная площадка
5.	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
6.	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».	2	наблюдение	Спортивный зал
7.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».	2	наблюдение	Спортивный зал
8.	Комплекс ОРУ с мячами.	2	наблюдение	Спортивный зал

	Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта».			
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".	2	наблюдение	Спортивный зал
10.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".	2	наблюдение	Спортивный зал
11.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол".	2	наблюдение	Спортивный зал
12.	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».	2	Беседа     наблюдение	Спортивный зал     Спортивная площадка
13.	Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».	2	наблюдение	Спортивная площадка
14.	Комплекс ОРУ. Игра « Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки».	2	наблюдение	Спортивный зал
15.	Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».	2	наблюдение	Спортивный зал
16.	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность. Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».	2	Беседа    наблюдение	Спортивный зал
17.	Комплекс ОРУ для	2	наблюдение	Спортивная площадка

	правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»			
18.	Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».	2	наблюдение	Спортивный зал
19.	Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках. Разучивание народных игр. Игра "Горелки".	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
20.	Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы».	2	наблюдение	Спортивная площадка
21.	Разучивание народных игр. Игра "Мишени".	2	наблюдение	Спортивная площадка
22.	Игра "Русская лапта".	2	наблюдение	Спортивная площадка
23.	Игра "Русская лапта".	2	наблюдение	Спортивная площадка
24.	Игра "Русская лапта".	2	наблюдение	Спортивная площадка
25.	Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании. Игра «Строим крепость».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
26.	Игра «Взятие снежного городка».	2	наблюдение	Спортивная площадка
27.	Игра «Меткой стрелок».	2	наблюдение	Спортивная площадка
28.	Игра "Слаломисты".	2	наблюдение	Спортивная площадка
29.	Игра "Воротца".	2	наблюдение	Спортивная площадка
30.	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.  Эстафеты « Передал – садись», «Мяч	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал

	среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».			
31.	Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».	2	наблюдение	Спортивная площадка
32.	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».	2	наблюдение	Спортивная площадка
33.	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	2	наблюдение	Спортивная площадка
34.	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	2	наблюдение  анкетирование	Спортивный зал

#### Календарно - тематическое планирование для 4 года обучения

№	Тема занятий	Кол-во часов	Форма контроля	Место проведения
1.	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок. Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
2.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Воробушки и кот». Игра «Пятнашки маршем».	2	наблюдение	Спортивная площадка
3.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».	2	наблюдение	Спортивная площадка

	«Скороходы и бегуны».			
4.	Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки». Игра «Игра «Без пары».	2	наблюдение	Спортивная площадка
5.	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему». Игра "Головой, ногой через сетку".	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
6.	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники». Игра "Головой, ногой через сетку".	2	наблюдение	Спортивный зал
7.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».	2	наблюдение	Спортивный зал
8.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».	2	наблюдение	Спортивный зал
9.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч капитану", "Пионербол". Игра "Головой, ногой через сетку".	2	наблюдение	Спортивный зал
10.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".	2	наблюдение	Спортивный зал
11.	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра "Мяч в кольцо", "Пионербол".	2	наблюдение	Спортивный зал

12.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал  Спортивная площадка
13.	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».	2	наблюдение	Спортивная площадка
14.	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	2	наблюдение	Спортивный зал
15.	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	2	наблюдение	Спортивный зал
16.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр. Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет». Игра "Городки".	2	Беседа  наблюдение	Спортивный зал
17.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф». Игра «Невидимки».	2	наблюдение	Спортивная площадка
18.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник». Игра «Наблюдатели». Игра "Городки".	2	наблюдение	Спортивный зал
19.	Традиционные народные	2	Беседа	Спортивный зал

	<p>праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.</p> <p>Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".</p>		наблюдение	Спортивная площадка
20.	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	2	наблюдение	Спортивная площадка
21.	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	2	наблюдение	Спортивная площадка
22.	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	2	наблюдение	Спортивная площадка
23.	Игра "Русская лапта".	2	наблюдение	Спортивная площадка
24.	Игра "Русская лапта".	2	наблюдение	Спортивная площадка
25.	<p>Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.</p> <p>Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.</p> <p>Игра «Снежком по мячу».</p>	2	<p>Беседа</p> <p>наблюдение</p>	<p>Спортивный зал</p> <p>Спортивная площадка</p>
26.	Игра «Пустое место».	2	наблюдение	Спортивная площадка
27.	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	2	наблюдение	Спортивная площадка
28.	Игра «Быстрый лыжник».	2	наблюдение	Спортивная площадка
29.	Игра «Быстрый лыжник».	2	наблюдение	Спортивная площадка
30.	<p>Правила безопасного поведения при проведении эстафет.</p> <p>Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.</p> <p>Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с</p>	2	<p>Беседа</p> <p>наблюдение</p>	Спортивный зал

	доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.			
31.	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	2	наблюдение	Спортивная площадка
32.	Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	2	наблюдение	Спортивная площадка
33.	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	2	наблюдение	Спортивная площадка
34.	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	2	наблюдение  анкетирование	Спортивный зал



## Лист корректировки

[illegible]