

частное общеобразовательное учреждение
«Самарская классическая гимназия Кириллица»
(ЧОУ «СКГ Кириллица»)

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей
начального общего образования

 /Н.Н. Коновалова/

Протокол №1 от «18» июля 2025г.

СОГЛАСОВАНО

Заместителем директора по
УМР

 /А.Ю.Дубовая/

Приказ №1 от «21» июля 2025г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ЧОУ «СКГ
Кириллица»

 прот. А.В. Зуев/

Приказ №1 от «21» июля 2025г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 6827792)

«Подвижные игры»

Уровень: начальное общее образование

Составитель: учителя начальных
классов

Классы: 4

Самара 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Программа учебного курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 4 класса относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации внеурочной деятельности в рамках ФГОС. Актуальность программы: содержание курса отвечает генеральным целям физкультурного образования — ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности. - программа разработана непосредственно для учащихся 4 класса; - основу программы составляют ритмические упражнения и подвижные игры, представленные согласно их классификации; - реализация программы способствует созданию зоны комфорта и повышению эмоционального фона; - программа дает возможность работы с учащимися, имеющими разный уровень физической подготовленности; - проведение занятий по данной программе позволяет подбирать нагрузку и чередовать ее в оздоровительных целях; - содержит блок теоретических знаний; - программа предполагает приобретение учащимися опыта индивидуальной и коллективной работы; - занятия проводятся под музыку, которая используется как фон для снятия монотонности; как лидер, задающий ритм и темп выполняемых движений; как фактор обучения, так как движения легче запоминаются

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащихся. Задачи программы направлены на:- формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Программа соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта второго поколения и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 4 класса. Рассчитана на 34 учебных часов и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведения регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками. Режим занятий: 1 раза в неделю по 40 мин. Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка. Особенности набора детей – учащиеся 4 классов с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья – основная и подготовительная (по заключению врача).

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Основной формой проведения внеурочной деятельности является – групповая. Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

4 КЛАСС

Физическое совершенствование. Физкультурно оздоровительная деятельность (в процессе уроков) Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно оздоровительная деятельность. Подвижные игры на материале лёгкой атлетики: (прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту). Беседа: «Как сохранить и укрепить здоровье?». ?». Бег коротким, средним и длинным шагом. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей Предупреждение травматизма во время занятий Игры: «К своим флажкам», «Октябрята». Эстафеты. Развитие координационных способностей. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка». Эстафеты. Развитие ловкости, прыгучести Игра «Волк во рву», «Веревочка под ногами». Правила организации и проведения игр.

Упражнения в метании. Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики: (игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию). Эстафеты с обручем. Игры на внимание «Совушка», «Пройди бесшумно». Правила ТБ. ОРУ в движении.

Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения. Игра «Не урони мешочек», «У медведя во бору» Развитие координации. Эстафеты. Развитие ловкости Игра «Бой петухов», Веселые старты. Ознакомить с понятиями «травма», «травматизм»; формировать знания о предупреждении травматизма при подвижных играх; развивать общую выносливость детей. Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания. Передвижение и выполнение упр-й с разным темпом и

ритмом. Разминка в кругу. Разминка со стихотворным сопровождением. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка».

Подвижные и спортивные игры на материале баскетбола: (специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола). Разминка с мячами, броски и ловля мяча в парах, подвижная игра «Осада города». Упражнения с мячами в парах. Ведение, броски и ловля мяча, подвижная игра «Ночная охота». Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений. Разминка с закрытыми глазами. Беговая разминка. Подвижные игры по желанию учеников. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; на месте; в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение с пассивным сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой. Упражнения для рук и плечевого пояса. Комплекс ОРУ на осанку. Варианты ловли и передачи мяча.

Подвижные и спортивные игры на материале волейбола: (подбрасывание мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Подвижные игры разных народов). Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол», правила игры. Знать что такое мячики-хопы, как на них прыгать правила игры «Ловишка на хопках». Беговая разминка. Подвижные игры по желанию учеников. Разминка в парах, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра «Забросай противника мячами». Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность, подвижная игра «Вышибалы через сетку». Разминка с мячами, футбольные упражнения, спортивная игра «Футбол»
Общеразвивающие упражнения

На материале гимнастики с основами акробатики Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полупагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости. Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями;

воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу. Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета. Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы).

На материале легкой атлетики Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно. Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег. Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от

груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

На материале лыжных гонок Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двухтрех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке. Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

к концу учебного года учащиеся должны понимать:- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;знать:- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;- терминологию, связанную с проведением игр, ритмических занятий; уметь:- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;

- 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;

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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 алгоритмуПознавательные 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 общения и следовать им;- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидераисполнителя)

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий подвижными играми для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности. Знания о физической культуреВыпускник научится:- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;- ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).Выпускник получит возможность научиться:- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей - учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и

физической подготовленности. Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;- измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей. Выпускник получит возможность научиться:- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);- выполнять организующие строевые команды и приемы;- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастические кольца);- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема);- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности. Выпускник получит возможность научиться:- сохранять

правильную осанку, оптимальное телосложение;- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;- выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		0			

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		0			

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		0			

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Подвижные игры на материале лёгкой атлетики Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом. Правила ТБ	1	Беседа: «Как сохранить и укрепить здоровье?»	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие П: подбор одежды и обуви для занятий физической культуры. К: эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу. Р: вести дискуссию, правильно выражать свои мысли Знать правила поведения и технику безопасности на уроках физической культуры..	
2	Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты	1	Бег коротким, средним и длинным шагом.	Знать различия длины шагов бега и где их можно применять. П:	

			Предупреждение травматизма во время занятий	Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями К: осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р: самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата Знать различия длины шагов бега и где их можно применять	
3	Игра «К своим флажкам». «Октябрята». Эс- тафеты.	1	ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Октябрята». Эстафеты. Развитие координационных способностей	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы П: знать правила подвижной игры. Предупреждение травматизма во время занятий физическими	

				<p>упражнениями К: потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Р: выполнять совместную деятельность, распределять роли. Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно- сосудистой системе.</p>	
4	Игра «Пустое место», «Вызов номера», «Ловушка».	1	<p>ОРУ в движении. Развитие скоростно- силовых способностей</p>	<p>Управлять своими эмоциями в различных ситуациях П: знать правила подвижной игры. К:осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р: взаимно контролировать действия друг друга, уметь договариваться Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д).</p>	

5	Игры «Веревочка под ногами», «Волк во рву»	1	Эстафеты. Развитие ловкости, прыгучести.	Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей. П: знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом К: осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р: согласованные действия с поведением партнеров; контроль, коррекция. Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями соблюдая правила игр и безопасность.	
6	Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».	1	Правила организации и проведения игр. Упражнения в	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях. П: знать правила	

			метании.	подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом К: осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р: вести дискуссию, правильно выражать свои мысли Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями соблюдая правила игр и безопасность	
7	Подвижные игры на материале гимнастики и акробатики Игра «Совушка», «Пройди бесшумно».	1	Эстафеты с обручем. Игры на внимание	Соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки (стыдно, честно, виноват, поступил правильно и др.); П: знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом К: потребность в общении с учителем Умение	

				<p>слушать и вступать в диалог Р: уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, соблюдая правила игр и безопасность.</p>	
8	<p>Игра «Не урони мешочек». «У медведя во бору». Развитие координации</p>	1	<p>ОРУ в движении. Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения</p>	<p>Мотивировать свои действия; выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения П: знать упражнения для формирования правильной осанки К: осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Р: самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать</p>	

				<p>правильность или ошибочность результата Физические упражнения и их влияние на развитие физических качеств</p>	
9	Игра «Бой петухов» Веселые старты.	1	ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие ловкости	<p>Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками П: основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. К: потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Р: самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата Знать упражнения на формирования правильной осанки</p>	

10	Игровые упражнения по совершенствованию двигательных навыков.	1	Ознакомить с понятиями «травма», «травматизм»; формировать знания о предупреждении травматизма при подвижных играх; развивать общую выносливость детей	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками. П: физические качества и их связь с физическим развитием. Знать правила подвижной игры. К: потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Р: уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр Знать и выполнять правила проведения подвижных игр на спортивной площадке	
11	Русская народная подвижная игра «Горелки».	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижная игра «Горелки». Упражнения на развитие внимания.	Развитие этических чувств, доброжелательности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, П: рассказывать правила тестирования	

				<p>метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Горелки». К: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения. Р: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную целью Знать правила тестирования метания мешочка на дальность, правила подвижной игры «Горелки</p>	
12	Соревнования и эстафеты. Игра «Космонавты»	1	<p>Передвижение и выполнение упр-й с разным темпом и ритмом. Разминка в кругу.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально – нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками. П: рассказывать о технике выполнения прыжка в длину с разбега на результат, правила</p>	

				<p>подвижных игр «салки» и «мышеловка» К: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения Р: видеть указанную ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель. Знать правила п/и игры «Космонавты»</p>	
13	<p>Стихотворное сопровождение как элемент развития координации движений</p>	1	<p>Разминка со стихотворным сопровождением. П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций. П: выполнять подлезания, играть в подвижную игру К: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать</p>	

				и слышать учителя и друг друга. Р: самостоятельно формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. Знать, как проводятся разминка со стихотворным сопровождением, П/и «Кто быстрее схватит» и «Совушка»	
14	Подвижные и спортивные игры на материале футбола, баскетбола Спортивная игра «Футбол».	1	Знать ,какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в футбол.	Развитие мотивов учебной деятельности и развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций К: слушать и слышать друг друга, устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнёра. Р: адекватно оценивать свои действия и действия партнёра,	

				<p>видеть указанную ошибку и исправлять её. П: выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол». Выполнять разминку с мячами. Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в футбол</p>	
15	Футбольные упражнения, передача мяча	1	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней части подъема.	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, развитие этических чувств, доброжелательности и сочувствия другим людям К: Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Р: видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель. П: выполнять</p>	

				<p>футбольные упражнения, играть в подвижную игру «Перестрелка».</p> <p>Выполнять разминку с мячами. Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в футбол</p>	
16	<p>Футбольные упражнения, передача мяча в парах.</p>	1	<p>Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней части подъема.</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. К: слушать и слышать друг друга и учителя, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р: видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. П: выполнять различные варианты</p>	

				пасов, играть в спортивную игру «Футбол» Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Футбол»	
17	Различные варианты футбольных упражнений в парах. Правила ТБ	1	Знать, как выполнять футбольные упражнения в парах, правила подвижной игры «Пустое место».	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости. К: управлять поведением партнёра (контроль, коррекция, умение убеждать), добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Р: осуществлять действие по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. П: выполнять футбольные упражнения в парах, играть в подвижную	

				<p>игру «Пустое место».</p> <p>Выполнять разминку с мячами. Знать историю футбола, технику выполнения различных вариантов пасов, правила спортивной игры «Футбол»</p>	
18	Подвижная игра «Осада города»	1	<p>Разминка с мячами.</p> <p>Упражнения с мячами в парах.</p> <p>Подвижная игра «Осада города»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости. К: использовать адекватные языковые средства для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира. Р: самостоятельно формулировать познавательные цели,</p>	

				<p>контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности.. П: выполнять броски и ловлю мяча в парах, играть в П/и «Осада города». Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила подвижной игры «Осада города».</p>	
19	<p>Знакомство с баскетболом. Броски и ловля мяча в парах. Правила ТБ</p>	1	<p>Инструктаж по баскетболу. Терминология игры в баскетбол. Правила игры в баскетбол. Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля мяча, подвижная игра «Осада города»</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости. К: сотрудничать в ходе работы в парах, устанавливать рабочие отношения, представлять конкретное содержание</p>	

				<p>и сообщать его в устной форме. Р: определять новый уровень отношения к самому себе , как к субъекту деятельности, проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности П: выполнять упражнения с мячом в парах, играть в подвижную игру «Осада города». Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняются ведение, броски и ловля мяча, правила подвижной игры «Осада города</p>	
20	Эстафеты с мячом	1	<p>Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячом – хопом.</p>	<p>развитие навыков сотрудничества, со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, К: эффективно сотрудничать и способствовать</p>	

				<p>продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Р: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. П: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами – хопами. Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячом – хопом.</p>	
21	Упражнения с мячом.	1	<p>Разминка с закрытыми глазами. Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля мяча, подвижная игра «Ночная охота».</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося К: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать учителя и друг друга. Р:</p>	

				<p>контролировать процесс и оценивать результат своей деятельности, видеть указанную ошибку и исправлять её, сохранять заданную цель. П: заполнять дневник самоконтроля, выполнять упражнения с мячом, играть в подвижную игру «Ночная охота» Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выполняются ведение мяча в движении, его ловля и броски, правила игры «Ночная охота», что ощущает человек , когда у него отсутствует зрение</p>	
22	Подвижные игры	1	<p>Беговая разминка. Подвижные игры по желанию учеников</p>	<p>Развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни, развитие навыков сотрудничества, со</p>	

				<p>сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях К: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнёра,. Р: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. П: выбирать подвижные игры и играть в них Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них.</p>	
23	Ведение мяча на месте и в движении	1	<p>Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; на месте; в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности, развитие навыков сотрудничества, со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях. К: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать</p>	

				<p>свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р: владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. П: выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных игр. Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выбирать подвижные игры, правила этих игр.</p>	
24	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо	1	Ведение с пассивным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой.	<p>Развитие навыков сотрудничества, со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, Развитие этических чувств, формирование К: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации,</p>	

				<p>устанавливать рабочие отношения. Р: сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. П: участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами – хопами. Знать различные варианты эстафет с мячом, правила подвижных игр с мячом – хопом.</p>	
25	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу»	1	<p>Упражнения для рук и плечевого пояса. Варианты ловли и передачи мяча. Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля мяча</p>	<p>установки на безопасный и здоровый образ жизни, развитие навыков сотрудничества, со сверстниками и взрослыми . К: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнёра,. Р: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую</p>	

				информацию. П: выбирать подвижные игры и играть в них Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них.	
26	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху».	1	Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля мяча Варианты ловли и передачи мяча.	установки на безопасный и здоровый образ жизни, развитие навыков сотрудничества, со сверстниками и взрослыми . К: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнёра., Р: самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. П: выбирать подвижные игры и играть в них Знать все изученные подвижные игры, как выбирать одну из них.	
27	Спортивная игра «Баскетбол».	1	Правила игры в баскетбол. Варианты	Развитие навыков сотрудничества, со	

			<p>ловли и передачи мяча, ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) Учебная игра</p>	<p>сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликтных ситуаций. К: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Р: адекватно оценивать свои действия и действия партнёра, сохранять заданную цель. П: бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в баскетбол. Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол»</p>	
28	<p>Подвижные и спортивные игры на материале волейбола Подвижные игры.</p>	1	<p>Беговая разминка. Подвижные игры по желанию учеников.</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества, со сверстниками и</p>	

				<p>взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликтных ситуаций. К: слушать и слышать друг друга, с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р: владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. П: выполнять упражнения с мячом, рассказать правила проведения выбранных игр. Знать, как проводится разминка с закрытыми глазами, как выбирать подвижные игры, правила этих игр.</p>	
29	Броски мяча через волейбольную сетку на точность; с дальних дистанций	1	Разминка в парах, броски мяча через волейбольную сетку, подвижная игра	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,	

			<p>«Забросай противника мячами»</p>	<p>развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на К: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Р: контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнёров. П: бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами» Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Забросай противника мячами» Изучение</p>	
--	--	--	-------------------------------------	---	--

				нового материала	
30	Пионербол как вид спорта.	1	Знать пионербол ,как вид спорта, какие бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе К: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Р: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. П: выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол». Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол».	
31	Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	1	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через	К: слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением	

			<p>волейбольную сетку на дальность, подвижная игра «Вышибалы через сетку»</p>	<p>партнёра, Устанавливать рабочие отношения. Р: владеть средствами саморегуляции, сотрудничать в совместном решении задач П: делать передачи мяча через волейбольную сетку, принимать передачи мяча, играть в подвижную игру «Вышибалы через сетку» Знать, какие бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»</p>	
32	<p>Упражнения и подвижные игры с мячом.</p>	1	<p>Разминка с мячом, упражнения с мячами в парах, подвижная игра «Пионербол»</p>	<p>К: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Р: осуществлять действие по образцу и заданному</p>	

				<p>правилу. П: выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол». Знать, какие варианты бросков через волейбольную сетку существуют, правила подвижной игры «Пионербол».</p>	
33	<p>Волейбол как вид спорта. Подготовка к волейболу.</p>	1	<p>Знать волейбол ,как вид спорта, какие бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности обучающегося, формирование чувства гордости за свою Родину. К: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Р: осуществлять действие по образцу и заданному правилу. П: выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру</p>	

				«Пионербол». Знать волейбол ,как вид спорта, какие бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Пионербол»	
34	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.	1	Разминка с мячом в движении по кругу. Броски мяча через волейбольную сетку на дальность, подвижная игра «Вышибалы через сетку»	Развитие мотивов учебной деятельности, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе К: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. Р: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению	

				<p>препятствий и самокоррекции. П: бросать набивной мяч способами «от груди» и «снизу», играть в П/и «Вышибалы через сетку» Знать волейбол, как вид спорта, какие бывают волейбольные упражнения, правила подвижной игры «Вышибалы через сетку»</p>	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 500683265192151047131792809664553389447852737344

Владелец прот. Зуев Андрей Викторович

Действителен с 31.07.2025 по 31.07.2026