

Управление образования, спорта и молодёжной политики администрации Тоншаевского
муниципального округа Нижегородской области
**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Пижемская средняя школа»**

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол №25
от 27.08.2024

Утверждена приказом
МОУ Пижемская СОШ
от 30.08.2024 №184-од

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

начального общего образования
«ПОИГРАЙ-КА»

(для 1–4 классов образовательных организаций)

2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Поиграй - ка» разработана в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования.

Человеческая личность — это гармония мысли и движения. Отличительной чертой современного человека является его культура личности, которая выражается не только в умении грамотно, красиво и правильно излагать свои мысли, но и грамотно, красиво и правильно двигаться. Элементарным критерием культуры движений является правильная техника выполнения движений, которая предусматривает наиболее экономичное и эффективное выполнение движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание и др.) На основании изложенного определена **главная цель программы** «Поиграй-ка» — всестороннее развитие личности на фоне доступного в этом возрасте уровня физической культуры личности младшего школьника.

Основные задачи:

- вызвать у обучающихся начальных классов интерес к физической культуре, позволив ощутить красоту и радость движения;
- формировать у обучающихся жизненно важные гигиенические умения, навыки и полезные привычки;
- обучить школьников доступным физкультурным знаниям, двигательным умениям и навыкам;
- добиваться того, чтобы каждый ученик чувствовал себя равноправным членом коллектива, был активным и общительным;
- воспитывать у детей любознательность, честность, творческую инициативу.

Достижение поставленных задач возможно при выполнении следующих условий:

- ✓ формирование у обучающихся начальных классов положительной мотивации к двигательной деятельности;
 - ✓ содействие созданию игровых групп, позволяющих обучающимся различной степени двигательной активности, разного темперамента, уровня умственных способностей, проявить интерес к усвоению научных знаний;
 - ✓ учет готовности обучающихся к разным формам сотрудничества;
 - ✓ эмоционально-стимулирующее общение учителя с обучающимися и обучающихся друг с другом;
 - ✓ занимательность процесса обучения;
 - ✓ установление связей между предметами в процессе обучения для формирования целостных и системных знаний обучающихся;
 - ✓ расширение возможности самостоятельного выбора в решении двигательных заданий; высокий уровень культуры движений учителя;
 - ✓ целенаправленная работа над основами культуры движений обучающихся.
- Программа рассчитана на 33 часа в 1 классе, 34 часа во 2-4 классах в год.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

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

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание программы 1 класса

1. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви, инвентаря. 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.

2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

3. Подвижные игры с мячом. Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.), «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке), «Вышибалы» (Правила игры, развитие навыков ловли и передачи мяча, метания по движущейся цели.), и т.д.

4. Занимательные игры.

Игры на развитие внимания: «Воробьи - вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попади мячом», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка».

Игры на координацию движений: «Вышибалы», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» «Хвостики», «Паровозики», «Часы пробили...», «Весёлая скакалка» и т.д.

Содержание программы 2 класса

1. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

3. Подвижные игры с мячом. «Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом). «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке). «Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования). Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)

4

4. Игровые упражнения. «По мостику» (Перебраться с одной стороны площадки на другую по линиям разметки). «Через ручеёк» (Правила передвижения через канат). «Бросок в цель» (Сбивание волейбольного мяча теннисными). «Боулинг» (Перекатывание мячей с одной стороны площадки на другую).

5. Занимательные игры.

Игры на развитие внимания: «Воробьи - вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попади мячом», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка».

Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «ЗАЯЦ БЕЗ ЛОГОВА», «САНТИКИ - САНТИКИ-ЛИМ-ПО-ПО», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д.

Содержание программы 3 класса .

Основы знаний о подвижных играх.

Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

2. Подвижные игры без мячей.

Игры на развитие внимания: «Воробьи- вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка» и т.д.

Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д.

3. Эстафеты.

Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» и т.д.

Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.

Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями.

4. Спортивные и подвижные игры с мячами. «Бомбардировка»

(Правила игры, развитие основных навыков владения мячом). «Охотники и утки»

(Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке).

«Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования), «Пионербол» (Правила игры, подачи, прием мяча, тактика нападения и защиты) Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)

5. Дистанционные олимпиады по предмету физкультура.

Предусматривает знакомство учеников с теоретическими знаниями по физкультуре, проведение олимпиад, разбор заданий и награждение. Проводится 2 раза в год.

6. Соревнования. Проведение соревнований по различным видам: плавание, пионербол, дартс, перестрелка и вывоз детей на городские массовые старты: «Кросснации», «Лыжный марафон», «Лыжня –России».

Содержание программы 4 класса

Особенностью программы является то, что она, основываясь на курсе обучения игре в пионербол, раскрывает обязательный минимум учебного материала для такого рода программ. Курс обучения игре в пионербол и технические приемы, которые в ней задействуются, содержат в себе большие возможности не только для формирования

5

двигательных навыков у детей и развития их физических способностей, но и также служат примером нравственного воспитания учащихся. Игра в пионербол развивает у школьников стремление к познанию, вырабатывает волю и характер, формирует чувство коллективизма, и способствует становлению личности. В рамках этой программы осуществляется проведение системного отбора учащихся, имеющих задатки и способности к дальнейшей спортивной ориентации и профессиональной деятельности в области пионербола. Программа рассчитана на количество часов, отводимые на изучение образовательной области «Физическая культура», базисным учебным планом и системой дополнительного образования. Программа разделена по классам и реализуется поэтапно с учетом возрастных особенностей учащихся и в соответствии с учебным планом.

На ступени начального образования следует обеспечить детям с учетом их потребностей физиологическую норму двигательной активности, необходимую для нормального развития основных систем организма и моторики растущего человека. Во втором классе учащиеся знакомятся с физическими упражнениями, преимущественно в игровой форме. Они должны понять важность правильного выполнения движений. Во третьем классе они поэтапно разучивают и осваивают двигательные действия до уровня умений. В четвертом классе продолжается совершенствование двигательных умений до приобретения ими устойчивых навыков. При организации и проведении занятий физической культурой в образовательном учреждении следует строго соблюдать установленные санитарно-гигиенические требования и правила безопасности. Программа состоит из семи разделов:

1. Основы знаний о физической культуре и спорте.
2. Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом.
3. Общая физическая подготовка.
4. Специальная физическая подготовка.
5. Контрольные и тестовые упражнения.
6. Медицинский контроль.
7. Мониторинг.

В разделе «**Основы знаний о физической культуре и спорте**» представлен материал, который" дает начальные основы знаний о собственном организме, гигиенических требованиях при занятиях физической культурой и спортом.

Раздел «**Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом**» знакомит учащихся с основными правилами техники безопасности, при организации занятий физической культурой и спортом.

Раздел «**Общая физическая подготовка**» содержит материал, реализация которого формирует у младших школьников общую культуру движений, укрепляет их здоровье,

содействует развитию и совершенствованию умений и навыков, развивает основные физические качества.

В разделе «**Специальная физическая подготовка**» представлен материал с рекомендациями физических упражнений игрового характера, способствующих обучения младших школьников основным техническим приемам игры в футбол. В этом разделе учитель имеет право самостоятельно подбирать игровые задания.

Раздел «**Контрольные и тестовые упражнения**» содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет учителю определить степень усвоения учебного материала и физическую готовность учащихся.

Раздел «**Мониторинг**» содержит материал, позволяющий учителю иметь возможность следить за физическим состоянием учащихся.

Принципы - от простого к сложному, от знакомого к неизвестному - на которых строятся учебные занятия, дают возможность последовательно от класса к классу обучать учащихся новым, более сложным двигательным действиям.

6

Качество учебного процесса во многом зависит от правильного распределения учебных занятий в течении года, для чего необходимо составить годовой план их проведения.

Главной целью планирования является создание предпосылок для начального обучения пионерболу. В дальнейшем обучении каждый гол циклически повторяет предыдущий, в котором учащиеся должны выходить на качественно более высокий уровень владения мячом, с повышением физической и двигательных возможностей организма, чтобы игра приносили радость и удовольствие

Установление доверительных отношений между педагогическим работником и обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации познавательной деятельности; побуждение обучающихся соблюдать общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации; привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых явлений, организация их работы с получаемой информацией — инициирование её обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по этому поводу, выработки своего к ней отношения.

1 класс

**Календарно-тематическое
планирование по курсу «Поиграй-ка»
33 часа (1 раз в неделю)**

№ п/п	Тема	Колво часов	ЭОР
--------------	-------------	--------------------	------------

1	Беседа по т.б., знакомство с правилами подвижных игр.	1	http://stdvorec.berestovica.edu.by/ru/main.aspx?guid=12771
2	Подвижные игры «Часы пробили...», «Разведчики»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
3	Красивая осанка. Подвижные игры «Хвостики», «Запрещённое движение»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр https://yandex.ru/video/preview/11936881657575610242
4	Учись быстроте и ловкости. Подвижные игры «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
5	Сила нужна каждому. Подвижные игры «Быстрая тройка»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
6	Ловкий. Гибкий. Подвижные игры «Медведь спит», «Весёлая скакалка»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
7	Весёлая скакалка. Подвижная игра «Очистить свой сад от камней»,	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
8	Сила нужна каждому. Подвижные игры	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр

	«Командные салки», «Сокол и голуби»		
9	Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр

10	Кто быстрее?	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
11	Скакалочка - выручалочка. Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»		https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/skagalochkavyruchalochka https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
12	Подвижная игра «Лиса и цыплята»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
13	«Старт после броска», «Играйиграй, мяч не теряй».	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
14	Подвижные игры «Охотники и дичь», «Сумей догнать»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
15	Ловкая коварная гимнастическая палка, «Гонка с обручем»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
16	Подвижная игра «Удочка приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
17	Развиваем точность движений. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот».	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
18	Горка зовёт.	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр

	Подвижные игры «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик».		%20Игр
19	Зимнее солнышко. Подвижные игры «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик».	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20Игр
20	Зимнее солнышко. Подвижная игра «Кто быстрее приготовится».	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20Игр
21	Штурм высоты.	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20Игр
22	Подвижная игра «Салки»	1	https://infourok.ru/obuchayuschiy-videorolik-podvizhnayaigra-s-myachom-avstraliyskie-salki-686496.html
23	Закрепление. «Салки» и др. по выбору учащихся.	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20Игр
24	Мы строим крепость. Подвижная игра «Мороз – Красный нос». Игры по желанию учащихся.	1	https://ok.ru/video/2351826191
25	Круговая эстафета.	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20Игр
26	«Погоня», «Снайперы»	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20Игр
27	Удивительная пальчиковая гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч».	1	https://rutube.ru/channel/4004051/

28	Развитие скоростных качеств. Подвижные игры «Быстро в строй», командные «Колдунчики».	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
29	Развитие выносливости. Подвижные игры «Мяч капитану», «Бездомный заяц», «Охотники и утки».	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
30	Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг».	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
31	Прыжок за прыжком.	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
32	Мир движений и здоровья. Подвижные игры «Гонка мячей», «Падающая палка».	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр
33	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми. Подвижные игры «Точный поворот», «Третий лишний», «Передал садись».	1	https://web.ligaudio.ru/mp3/музыка%20для%20подвижных%20игр

2 класс

Календарно-тематическое планирование по курсу «Поиграй-ка» 34 часа (1 раз в неделю)

№ п/п	Тема	Колво часов	ЭОР
1	Беседа по т.б. знакомство с правилами	1	http://stdvorec.berestovica.edu.by/ru/main.aspx?guid=1277_1

	подвижных игр.		
2	Подвижная игра «Часы пробили...».	1	https://media.mp3-malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
3	Подвижные игры «Хвостики», «Запрещённое	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет

	движение».		
4	Подвижные игры «Пятнашки», «Охотники и утки».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
5	Подвижная игра «Быстрая тройка».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
6	Подвижные игры «Медведь спит, «Весёлая скакалка».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
7	Подвижная игра «Очистить свой сад от камней».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
8	Подвижные игры «Командные салки», «Сокол и голуби».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
9	Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
10	Подвижная игра «Кто быстрее?».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
11	Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
12	Подвижная игра «Лиса и цыплята с волейбольным мячом».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет

13	«Старт после броска», «Играйиграй, мяч не теряй».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
14	Подвижные игры «Охотники и утки с мячами», «Регби».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет https://infourok.ru/prezentaciya-tegregbi-v-shkolu3576867.html
15	Ловкая и коварная гимнастическая палка, «Гонка с обручем».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
16	Подвижные игры «Удочка с	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет

	приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч».		
17	Развиваем точность движений. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
18	Подвижные игры «Караси и Щука», «Веер» с баскетбольными мячами.	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
19	Игровые и соревновательные упражнения с мячами.	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
20	Игровые и соревновательные упражнения с мячами.	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
21	Подвижная игра «Регби».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет https://infourok.ru/prezentaciya-tegregbi-v-shkolu3576867.html
22	Подвижная игра «Спаси!».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет

23	Закрепление навыков ведения. «Салки с мячами» и др. по выбору учащихся.	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
24	Подвижная игра «Простой пионербол».	1	https://uroki4you.ru/pravila-igri-v-pionerbol-dlyashkolnikov-videourok.html
25	Круговая эстафета с баскетбольными и волейбольными мячами.	1	https://infourok.ru/estafeti-s-basketbolnimi-myachami1468365.html
26	Подвижные игры «Погоня», «Снайперы».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
27	Удивительная гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
28	Развитие скоростных качеств. Подвижные игры «Быстро в строй», командные эстафеты.	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
29	Развитие быстроты. Подвижные игры «мяч капитану», «Бездомный заяц», «Охотники и утки».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
30	Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
31	Подвижная игра «Прыжок за прыжком».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
32	Подвижные игры «Гонка мячей», «Падающая палка».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет

33	Подвижные игры «Точный поворот», «Третий лишний». «Передал садись».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет
34	Подвижные игры «Третий лишний», «Передал - садись».	1	https://media.mp3malina.me/tracks/музыка%20для%20эстафет

3 класс
Календарно-тематическое планирование
по курсу «Поиграй-ка» 34 часа
(1 раз в неделю)

№ п/	Тема	Колво	ЭОР
------	------	-------	-----

п		часо в	
1	Беседа по т.б., знакомство с правилами подвижных игр.	1	https://uroki4you.ru/videourok-podvijnie-igri-4-klass.html
2	Подвижные игры «Часы пробили...», «Разведчики»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
3	Игры на развитие ловкости: «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
4	Игры на развитие внимания: «Воробы-вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/

5	Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
6	Игры на координацию движений: «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
7	Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака»,	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/

	«Квач».		
8	Игры на развитие ловкости: «Падающая палка», «Гуси», «Горелка»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
9	Игры на развитие ловкости: «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
10	Игры на развитие внимания: «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка» и т.д.	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/

11	Скакалочка - выручалочка. Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
12	Подвижная игра «Лиса и цыплята»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
13	Игра «Бомбардиров ка», «Перестрелка»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
14	Подвижные игры «Охотники и утки», «Сумей догнать»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
15	Игры «Спаси!», «Перестрелка»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
16	Игра «Пионербол»	1	https://vk.com/video325951791_456239038
17	Игра «Пионербол»	1	

18	Игра «Пионербол»	1	
19	Игра «Пионербол»	1	
20	Игра «Пионербол»	1	
21	Игра «Пионербол»	1	
22	Игра «Пионербол»	1	
23	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» Эстафеты с гимнастически ми палками и скакалками, обручами, кеглями	1	https://infourok.ru/podvizhnie-igri-i-estafeti-s-myachami2444683.html

24	Эстафеты бегом и прыжками, преодолением препятствий.	с	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
25	Эстафеты бегом и прыжками, преодолением препятствий.	с	1	
26	Игра «Пионербол»		1	https://vk.com/video325951791_456239038
27	Игра «Пионербол»		1	
28	Игра «Бомбардировка», «Перестрелка»		1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
29	Игра «Бомбардировка», «Перестрелка»		1	
30	Игра «Пионербол»		1	https://vk.com/video325951791_456239038
31	Игра «Пионербол»		1	
32	Игра «Пионербол»		1	
33	Игра «Пионербол»		1	
34	Игра «Пионербол»		1	
	«Пионербол»			

4 класс

Календарно-тематическое планирование по курсу «Поиграй-ка» 34 часа (1 раз в неделю)

№ п/п	Тема	Количество часов	ЭОР
1	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека.	1	https://uroki4you.ru/videourok-podvijnie-igri-4-klass.html https://videouroki.net/projects/3/index.php?id=fizra14

2	Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Челнок»	1	https://vk.com/video92637189_456239101
3	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Филин и пташки»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
4	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Круговые пятнашки».	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
5	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Много троих, хватит двоих»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
6	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.	1	https://yandex.ru/video/preview/3953701190623608810
7	Комплекс ОРУ с малыми	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/

	мячами. Игра «Свечи ставить»		
8	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Летучий мяч Зевака»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
9	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Защищай	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/

	город».		
10	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Русская лапта»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/ https://infourok.ru/russkaya-lapta-v-shkole-3855834.html
11	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Разучивание считалок	1	https://ok.ru/video/9045607901
12	Комплекс ОРУ. Игра «Дедушка рожок»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
13	Комплекс ОРУ. Игра «Лошадки»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
14	Комплекс ОРУ. Игра «Борьба за мяч»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
15	Комплекс ОРУ. Игра «Кто первый?»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
16	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.	1	https://vk.com/video-151675573_456239017
17	Игры на внимательность. Игра	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/

	«Прыгни»		
--	----------	--	--

18	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игра «Кривой петух»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
19	Комплекс ОРУ. Игра «Море волнуется»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
20	Комплекс ОРУ. Игра «Краски»	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
21	Комплекс ОРУ. Игры на свежем воздухе	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
22	Игры на свежем воздухе	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
23	Спортивная эстафета	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
24	Игры в командах	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
25	Игры в командах	1	
26	Игры в спортивном зале	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
27	Комплекс ОРУ. Игры на свежем воздухе	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
28	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Эстафета с передачей 1 палочки.	1	https://ok.ru/video/4290147717421

29	Ловля и передача мяча в движении.	1	https://ok.ru/video/4290147717421
	Броски в цель.		
30	Игры народов мира.	1	https://multiurok.ru/blog/videorolik-russkie-narodnye-igry.html https://videouroki.net/razrabotki/ighry-narodov-mira.html
31	Игры народов мира.	1	
32	Спортивные игры и эстафеты	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
33	Игры на свежем воздухе	1	https://power.gybka.com/q/музыка+для+подвижных+игр+детские+веселые/
34	Игры на свежем воздухе	1	