



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ села ВАЕГИ»

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от «28» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 154-ОД
от 28.08.2023г



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
Начальное общее образование
(1-4 классы)**

Составил: Кораавье Н.М.,
учитель физической культуры

С.Ваеги
2023 г.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» для обучающихся 1-4 классов. Курс направлен на обеспечение дополнительного теоретического и практического патриотического воспитания.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утв. приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286;
- основной образовательной программой начального общего образования МБОУ «Центр образования с. Ваеги»;
- Положением о рабочей программе учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) МБОУ «Центр образования с. Ваеги», утвержденным приказом № 154-од от 28.08.2023г.;
- рабочей программой воспитания МБОУ «Центр образования с. Ваеги» утвержденной приказом № 154 - ОД от 28.08.2023г.

Общая характеристика курса

Программа направлена на становление ценностного отношения у учащихся начальной школы к здоровью и здоровому образу жизни, на формирование навыков сохранения и укрепления здоровья через полученные представления и знания об особенностях своего организма, о закономерностях его функционирования и правилах здорового образа жизни.

Отличительные особенности представленной программы заключается в том, что она объединила в себе теоретические сведения из области анатомии, физиологии, гигиены, психологии и ОБЖ, учитывает природно-климатические условия нашего региона. Данная интеграция помогает сформировать у детей осознанный выбор здорового образа жизни, научить бережному отношению к себе и своему здоровью, способствует развитию памяти, мышления, речи, воображения, учит приемам самопознания и саморегуляции

Актуальность программы

Актуальной является проблема преодоления гиподинамии в условиях школы. При интенсивной или длительной умственной деятельности у школьников начинает развиваться утомление. В сложной системе факторов, влияющих на предупреждение переутомления школьников, на сохранение и укрепление их нервно-психического и физического здоровья в целом, существенную роль играет двигательная активность. Свой незаменимый вклад в этот процесс вносит игровая деятельность.

Игра для ребенка — важный момент его развития. Играя, ребенок познает мир, определяет себя в этом мире свою роль в семье, в коллективе. Игры вносят в душу ребенка веселье и радость и одновременно содействуют укреплению его организма. За игрой ребенок приобретает множество неопределимых качеств: ловкость, наблюдательность, фантазию, память. Игра стимулирует и самые разные способности: умение сравнивать, комбинировать, размышлять, анализировать.

Играя, ребенок легче устанавливает связь с миром взрослых и с миром вообще, у него появляются навыки внутреннего диалога, необходимого для продуктивного мышления. В игре развивается самосознание детей — то, как он относится к самому себе, кем он себя считает, как себя называет.

В школе и дома, выполняя учебные задания, современные дети большей частью сидят, и это сидение есть не что иное, как некая своеобразная форма комфорта, который вступает в конфликт с естественным инстинктом игрового движения.

Для обозначения большой группы игр, ведущая цель которых — физическое развитие и оздоровление детей, используется преимущественно термин «подвижные игры».

Для того чтобы дети активно участвовали в подвижных играх, игры подбираются с учетом особенностей конкретных детей, что позволяет скорректировать их недостатки, исключить проявление неуверенности, комплексов среди учеников. Освоение тех или иных видов игр начинается с физических упражнений и ознакомлением основных элементов игры.

При проведении занятия на открытом воздухе важно придерживаться тех температурных режимов, которые установлены для данной территории местными органами здравоохранения и просвещения и правильно дозировать физические нагрузки.

Большое внимание на каждом уроке учитель должен уделять воспитанию у обучающихся таких нравственных и волевых качеств, как дисциплинированность, доброжелательность, честность, отзывчивость, смелость, а также содействовать развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.).

При комплектовании группы учитываются возрастные особенности обучающихся, группа здоровья, предусмотрено деление группы обучающихся на подгруппы, а также индивидуальная работа с обучающимися.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля «Внеурочная деятельность» программы воспитания;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается программой воспитания.

Занятия по данной программе строятся с учётом возрастных особенностей и возможностей ребенка.

Цели и задачи программы

Цель программы: способствовать освоению обучающимися основных социальных норм, необходимых им для полноценного существования в современном обществе, в первую очередь ведения здорового образа жизни, нормы сохранения и поддержания физического, психического и социального здоровья.

Задачи данного курса:

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся

условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу;

– способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

– укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;

– развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;

– развитие сообразительности, творческого воображения;

– развитие коммуникативных умений;

– воспитание внимания, культуры поведения;

– создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;

– обучить умению работать индивидуально и в группе,

– развить природные задатки и способности детей;

– развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.

– развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Место учебного курса в учебном плане

На изучение содержания курса отводится 1 часа в неделю, 34 часов в год во 2-4 классах и 33 часов в 1-м классе. Данный учебный курс проводится во второй половине дня в рамках внеурочной деятельности. Занятия проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке, на свежем воздухе.

В связи с расхождением количества учебных часов, предусмотренных рабочей программой на проведение учебных занятий и фактическим количеством проведённых учебных занятий. В планировании была сделана корректировка - слияние близких по содержанию тем занятий.

Содержание учебного курса

Рабочая программа «Подвижные игры» представлена тремя направлениями: русские народные игры, игры народов мира, основанные на элементах легкой атлетики, гимнастики, акробатики, спортивных игр; зимние виды народных игр и игр с элементами лыжной подготовки, подвижные, спортивные игры и эстафеты.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогической деятельности.

Новизна программы заключена в объемном охвате знаний и умений, ушедших порою в далекую историю, культурного наследия народов мира и использование нестандартного инвентаря и оборудования, приспособленного к сельской местности.

Подвижные игры нравятся практически всем детям без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

Представленная программа построена с учетом требований «Комплексной программы по физической культуре для учащихся 1-4 классов, которая предусматривает

закрепление в игровых заданиях двигательные навыки, получаемые на уроках физической культуры.

Формы и методы обучения

Основной формой организации учебной деятельности в рамках реализации рабочей программы «Подвижные игры» является занятие, содержащее следующие этапы: организационную часть,

- сообщение новых знаний,
- консультации групповые и индивидуальные,
- закрепление материала, подвижная игра ,
- итоговый контроль.

Формами организации учебных занятий в рамках реализации рабочей программы «Подвижные игры» так же являются:

- тематические учебные занятия (основы знаний подвижных игр);
- обобщающие занятия (соревновательные мероприятия: соревнования, эстафеты);
- занятие-путешествие, экскурсия (игры на свежем воздухе, на спортивной площадке, в поле, в лесу).

На учебных занятиях используются в сочетании различные **методы** обучения и воспитания:

по источнику знаний:

- словесные (рассказ, объяснение);
- наглядные (демонстрация, показ);
- практические (упражнения, игры).

Деятельность ученика направлена на получение информации и узнавание, в результате формируются «знания-знакомства».

по степени самостоятельности мышления обучающихся:

- репродуктивный (объяснительно-иллюстративный, когда ученик сам активно воспроизводит учебный материал, в результате формируются «знания-копии»);
- проблемно-поисковый (постепенное приобщение учеников к самостоятельному решению проблемы под руководством педагога).
- исследовательский метод (ученики самостоятельно формируют проблему и решают ее с последующим контролем преподавателя, что обеспечивает продуктивную деятельность).

В результате формируются «прочные знания». по степени управления учебной работой:

- учебная работа под руководством педагога;
- самостоятельная работа обучающихся

методы стимулирования интереса к учению:

- убеждение в значимости укрепления здоровья и физического совершенствования посредством подвижных игр;
- положительные эмоции на занятиях;
- поощрение, создание для ребенка ситуации успеха.

Планируемые результаты:

- формирование навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности; повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения;
- снижение последствий умственной нагрузки;

- обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр, подвижных игр и умение применять игры в самостоятельных занятиях и в повседневной жизни;
- развитие лидерских качеств и умения работать в коллективе.

Личностными результатами освоения обучающимися содержания программы секции 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 (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами (познавательные, регулятивные, коммуникативные УУД):

- 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;
- принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, планировать, контролировать и оценивать учебные действия обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; договариваться о распределении функций и ролей и осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами:

- представлять занятия 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 инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить разминки с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной

дозировкой нагрузки; характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

- 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; подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- 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.

Межпредметные связи программы внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» носит комплексный характер, что отражено в межпредметных связях с такими учебными дисциплинами как: литературное чтение, окружающий мир, технология, изобразительное искусство, физическая культура, музыка.

Межпредметные связи программы внеурочной деятельности

Предметы	Содержание учебной дисциплины	Содержание программы «Подвижные игры»
Литературное чтение	Чтение , русских народных сказок, сказка «Гуси лебеди». Устное народное творчество	Разучивание игры «Гуси лебеди», заучивание слов к играм «У медведя во бору», « Космонавты», «Мы весёлые ребята»и др. Считалки
Окружающий мир	Сезонные изменения в природе. Организм человека. Опора тела и движение. Наше питание. Игры связанные с особенностями и повадками животных.	«Зайчики», «Попрыгунчики-воробушки», «Слон», «Белые медведи», «Бой петухов», «Лев и коза» и др.
Технология	От замысла к результату. Технологические операции.	Изготовление простейшего инвентаря для игр (подвижные мишени, бумажные снежки и др)
Изобразительное искусство	Мир фантазии.	Мир эмоций и чувств. Изготовление масок для игр
Физическая культура	Отличие физических упражнений от обыденных.	Зачем нужен комплекс ОРУ? Разучиваем комплекса ОРУ перед разучиванием подвижной игры
Музыка	Выразительность музыкальной интонации.	Мир эмоций и чувств. Игры с элементами танцев «Море волнуется, раз», игры с музыкальным сопровождением
Математика	Устный счёт	Игра «Вызов номеров»

Материально-техническое обеспечение

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших обучающихся; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

Для реализации программы «Подвижные игры» необходима материально-техническая база:

1. Спортивный инвентарь:

- Обручи, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, гимнастические маты, канат, гимнастическая стенка.
- Измерительные приборы: весы, часы, секундомер.

2. Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор.

Подобная связь содержания программы внеурочной деятельности с учебной деятельностью обеспечивает единство учебной и внеучебной деятельности, что позволит сформировать у обучающихся не только мотивацию на ведение здорового образа, а будет способствовать формированию знаний о социальной, психологической и соматической составляющей здоровья и уверенности в необходимости заботы о собственном здоровье.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

Игры, в которых преимущественно проявляются	Характеристика игровых действий	Игры
Ловкость	Игры, побуждающие немедленно переходить от одних действий к другим; не задерживаясь, сочетать свои действия с действиями других занимающихся (по внезапным заданиям, сигналам).	“Салки” “Ловкая подача” “Ловкие и меткие” Игры, требующие умения сосредоточить внимание одновременно на нескольких действиях (бег, прыжки, игры с увертыванием)
Быстрота	Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, тактильные, звуковые сигналы, игры, с короткими перебежками типа догоняй-убегай	“Шишки, желуди, орехи” “День и ночь” Эстафета на полосе препятствий . Игры с бегом на скорость в изменяющихся условиях.
Сила	Игры с кратковременными мышечными напряжениями динамического и статического характера	“Сильный бросок” “Бой петухов” “Перетягивание через черту”
Выносливость	Игры с неоднократными повторениями активных, энергично выполняемых действий, связанных с непрерывными интенсивными движениями	“Бег командами” “Не давай мяча водящему” “Перетягивание каната”

Содержание курса

Основная направленность	Кл
	1-2
На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	«К своим флажкам», «Два мороза», «Пятнашки»
На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	«Попрыгунчики – воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».
На закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений,	«Кто дальше бросит», «Точный расчет», «Метко в цель».

скоростно-силовых способностей		
На комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями	При соответствующей игровой подготовке рекомендованные для 3 и 4 классов игры можно проводить в 1 и 2 классах	
На знания о физической культуре	Названия и правила игр, инвентарь, оборудование и безопасности	
Самостоятельные занятия	Броски, ловля и передача мяча, удары и с места, в ходьбе и беге, выполняемые обеими	
На овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.	Ловля и передача, броски и ведение мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч), в парах, стоя на месте и в шаге. Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой(шагом и бегом).	Ловля мяча в трёхкратном ведении мяча с изменением направления Броски с 3—4
На закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве	«Играй, играй, мяч не теряй», «Мяч водящему» «У кого меньше мячей» «Школа мяча», «Мяч в корзину» «Попади в обруч»	«Гонка мяча» «Вызови мяч» «Овладей мячом» «Подвижные игры» «Мяч лови» «Охотники и зайцы» «Быстро и тихо» «Снайперы» «Игры с мячом»

В содержании программы перечисленные разделы возобновляются на протяжении четырех лет, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, закреплению социально одобряемой модели поведения обучающихся. Основы игровой деятельности направлены на совершенствование, прежде всего естественных движений. Элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу), и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнёром, командой и соперником).

Тематический план (1 год обучения)

№ пп	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Игры на координацию движений	-	9	9	соревнование

2.	Интегрированные занятия «Если хочешь быть здоров»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные занятия «Учимся следить за собой»	5	5	10	викторина
4.	Игры на развитие ловкости	-	7	7	соревнование
	Итого:	8	25	33	

Содержание программы

1. Игры на развитие координации движений: «Ловишка», «Салки» «К своим флажкам», «Жмурки», «Совушка».
2. Интегрированные уроки «Если хочешь быть здоров»: беседа «Если хочешь быть здоров», игра «Успей убежать», «Бой петухов», беседа «Дружи с водой», игра «Не попадись», «Море волнуется, раз...» беседа «Забота о коже», игра «Кого называли, тот и ловит», беседа «Уход за ушами» и игра «Воробьи и вороны», «Вызов номеров».
3. Интегрированные уроки «Учимся следить за собой»: беседа «Уход за зубами», игра «Дедушка и детки», беседа «Забота о глазах», игра «Охотник и утки», беседа «Как я одеваюсь», игра «Белые медведи», беседа «Моя красивая осанка», игра «Переноска арбузов», беседа «Уход за руками и ногами», игра «Поймай лягушку».
4. Игры на развитие ловкости: «Будь ловким», «Хитрая лиса», «Волк во рву» «Медведи и пчелы», «Охотники и утки», «Удочка», «Не давай мяч водящему».

Тематический план (2 год обучения)

№ пп	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Подвижные игры	-	9	11	соревнование
2.	Интегрированные занятия «Какой я»	3	4	5	викторина
3.	Интегрированные занятия «Какой я внутри»	5	5	10	викторина
4.	Игры на развитие координации движений	-	8	8	соревнование
	Итого:	8	26	34	

Содержание программы

1. Подвижные игры: «Колдун», «Два Медведя», «Совушка», «Ручеек», «Гуси-лебеди».
2. Интегрированные уроки: «Какой я», беседа «Я какой был», игра «Пчелы и медведи», беседа «Чем я отличаюсь от взрослого», игра «Горелки», беседа

- «Моё настроение», игра «День и ночь», беседа «Из чего я сделан», игра «Перемена мест».
3. Интегрированные уроки: «Какой я внутри», беседа «Какой я внутри», игра «Удочка», беседа «Почему я не падаю», игра «Волки во рву», беседа «Моя красивая осанка», игра «Салки», беседа «Зачем человек ест», игра «Снежки», беседа «Как правильно есть», игра «Перестрелка».
 4. Игры на развитие координации движений: игра «Чай - чай, выручай», игра «Космонавты», игра «Перебежки», игра «Сбей городок».

Тематический план (3 года обучения)

№ пп	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Игры на повышение интереса к ЗОЖ	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные занятия «О правильном питании»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные занятия «Наши главные органы»	5	5	10	викторина
4.	Игры на природе	-	8	8	соревнование
	Итого:	8	26	34	

Содержание программы

1. Игры на повышение интереса к ЗОЖ: «Охотник и утки», «Рыбаки и рыбки», «Тише едешь, дальше будешь», «Запрещенное движение».
2. Интегрированные уроки «О правильном питании»: беседа «Полезная пища», игра «Пионербол», беседа «Вредная пища», игра «Достань мяч», беседа «Овощи. Блюда из овощей», игра «Белые медведи», беседа «Фрукты. Мой любимый сок», игра «Охотники и лайки».
3. Интегрированные уроки «Наши главные органы»: беседа «Как я чищу зубы», игра «Бой петухов», беседа «Мой нос это фильтр, печка и сторожевой пост», игра «Мяч в воздухе», беседа «Аптечка на кухне», игра «Воробьи и кошка», беседа «Почки, которые никогда не станут цветами», игра «Воробьи и вороны», беседа «Пещера-скороварка с привратником у входа (желудок)», игра «Штандир».
4. Игры на природе: «Зайчики», «Прыгуны», «Один в круге», «Рыбная ловля».

Тематический план (4 год обучения)

№ пп	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	Практич.	Всего	
1.	Игры на улучшение здоровья	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные занятия «Я продолжаю расти»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные занятия «Уважайте	5	5	10	викторина

	самих себя»				
4	Игры на природе	-	8	8	соревнование
	Итого:	8	26	34	

Содержание программы

1. Игры на улучшение здоровья: «Охотник и собака», «Поймай дракона за хвост», «Хромой цыпленок», «Человек, ружье, тигр», «Чужеземцы».
2. Интегрированные уроки: «Я продолжаю расти» беседа «Я продолжаю расти», игра «Метательная лапта», беседа «Я – мальчик, я – девочка», игра «Перестрелка», беседа «Вредные привычки», игра «Вызов номеров», беседа «Как преодолеть стресс», игра «Два мороза».
3. Интегрированные уроки «Уважайте самих себя»: беседа «Уважайте самих себя», игра «День и ночь», беседа «Мой характер», игра «Перемена мест», беседа «Мой автопортрет», игра «Волк во рву»,-беседа «Драться или не драться», игра «Пятнашки», беседа «Красота в моем доме», игра «Перебежки».
4. Игры на природе: «Охрана сокровища», «Чехарда», «Лапта», «Третий лишний».

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Кол-во час	Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1 класс				
1	ТБ на внеурочной деятельности «Подвижные игры». Игра «Ловишка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/
2	«Подвижные игры». Игра «Ловишка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/
3	Игра «Салки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/
4	Игра «Салки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/
5	Игра «К своим флажкам»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/
6	Игра «К своим флажкам»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/
7	Игра «Совушка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/

				du.ru/subject/lesson/5729/
8	Игра «Совушка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
9	Игра «Жмурки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
10	Если хочешь быть здоров	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
11	Игры «Успей выбежать», «Бой петухов»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
12	Дружи с водой	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
13	Игра «Не попадись», «Море волнуется, раз...»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/
14	Забота о коже	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
15	Игра «Кого назвали, тот и ловит»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
16	Уход за ушами. Игра «Вороны и воробьи», «Вызов номеров»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
17	Уход за зубами	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
18	Игра «Дедушка и детки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
19	Забота о глазах	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
20	Игра «Охотник и утки», «Удочка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
21	Как я одеваюсь	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
22	Игра «Белые медведи»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
23	Моя красивая осанка	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
24	Игра «Переноска арбузов»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/

				lesson/4144/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
25	Уход за руками и ногами	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
26	Игра «Поймай лягушку»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
27	Игра «Будь ловким», «Космонавты»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/
28	Игра «Будь ловким», «Космонавты»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/
29-30	Игра «Хитрая лиса», «Волк во рву»	2	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/
31	Игра «Медведи и пчелы»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/
32	Игра «Медведи и пчелы»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/
33	Игра «Охотники и утки», « Не давай мяч водящему»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/
2 класс				
1	ТБ на внеурочной деятельности «Подвижные игры». Вас приглашает страна Игр. Какие бывают игры. Театрализованное информационное представление об играх и их происхождении.	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/
2	Правила игры. Обязательны ли они для всех? Театрализованное представление «Невоспитанные Шиповки и вежливый Секундомер».	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/
3	Игры-цеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса.	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/
4	Совершенствование навыков быстроты реакции. Игра “Белые медведи”. Игра «Перебежка с предметами».	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/
5	Совершенствование навыков быстроты реакции. Игра “Белые медведи”. Игра «Перебежка с предметами».	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/
6	Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом. Перетягивание каната. Игра «Кто кого перетянет».	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/
7	Игры-перетягивания. Силовые игры, общей	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/

	целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом. Перетягивание каната. Игра «Кто кого перетянет».			du.ru/subject/lesson/4461/
8	Догонялки. Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков и. Игра «Веселые ребята».	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/
9	Догонялки. Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков и. Игра «Веселые ребята».	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/
10	Развитие общей выносливости. Игра «Салки», «Салки с лентой». Игры эстафеты. «Угадай и догони».	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/
11	Развитие общей выносливости. Игра «Салки», «Салки с лентой». Игры эстафеты. «Угадай и догони».	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/
12	«Я». Какой я был Игра «Пчелы и медведи»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/
13	Чем я отличаюсь от взрослого. Игра «Горелки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
14	Мое настроение	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
15	Игра «День ночь»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
16	Из чего я сделан. Игра «Перемена мест»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
17	Какой я внутри	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
18	Игра «Удочка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
19	Почему я не падаю	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
20	Игра «Волк во рву»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
21	Моя красивая осанка	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
22	Игра «Салки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/

				lesson/4144/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
23	Зачем человек ест	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/
24	Игра «Снежки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/
25	.Как правильно есть	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
26	Игра «Перестрелка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
27	Игра «Чай-чай, выручай»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
28	Игра «Чай-чай, выручай»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
29-30	Игра «Космонавты»	2	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
31-32	Игра «Перебежки»	2	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
	Игра «Перебежки»		Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
33	Игра «Сбей городок», «Удочка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
34	Игра «Сбей городок», «Удочка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
3 класс				
1	ТБ на внеурочной деятельности «Подвижные игры». Игра «Охотники и утки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
2	«Подвижные игры». Игра «Охотники и утки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
3	Игра «Рыбаки и рыбки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
4	Игра «Рыбаки и рыбки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/
5	Игра «Тише едешь - дальше будешь»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
6	Игра «Тише едешь - дальше будешь»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/

				lesson/4153/
7	Игра «Запрещенное движение»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
8	Игра «Запрещенное движение»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
9	Игра «Ручеек»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
10	Полезная пища	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
11	Игра «Пионербол»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
12	Вредная пища	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
13	Игра «Достань мяч»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
14	Овощи. Блюда из овощей	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
15	Игра «Белые медведи»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
16	Фрукты. Мой любимый сок. Игра «Охотники и лайки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
17	Как я чищу зубы	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
18	Игра «Бой петухов»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
19	Мой нос – это фильтр, печка и сторожевой пост	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
20	Игра «Мяч в воздухе»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
21	Аптечка на кухне	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
22	Игра «Воробьи и кошка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
23	Почки, которые никогда не станут цветами	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/

24	Игра «Воробьи и вороны»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
25	Пещера-скороварка с привратником у входа (желудок)	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
26	Игра «Штандир»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
27	Игра «Зайчики»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
28	Игра «Зайчики»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
29	Игра «Прыгуны»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
30	Игра «Прыгуны»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
31	Игра «Один в круге»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
32	Игра «Один в круге»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
33	Игра «Рыбная ловля»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
34	Игра «Рыбная ловля»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
4 класс				
1	ТБ на внеурочной деятельности «Подвижные игры». Игра «Охотник и собака»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/
2	«Подвижные игры». Игра «Охотник и собака»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
3	Игра «Поймай дракона за хвост»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
4	Игра «Поймай дракона за хвост»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
5	Игра «Хромой цыпленок»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
6	Игра «Хромой цыпленок»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/

				5750/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
7	Игра «Человек, ружье, тигр»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
8	Игра «Человек, ружье, тигр»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
9	Игра «Чужеземцы»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
10	«Я продолжаю расти». Игра	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
11	«Метательная лапта»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
12	«Я – мальчик, я – девочка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
13	Игра «Перестрелка»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
14	Вредные привычки	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
15	Игра «Вызов номеров»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
16	Как преодолеть стресс. Игра «Два мороза»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
17	Уважайте самих себя	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
18	Игра «День и ночь»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
19	Мой характер	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
20	Игра «Перемена мест»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
21	Мой автопортрет	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
22	Игра «Волк во рву»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/
23	Драться или не драться	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/

24	Игра «Пятнашки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/
25	Красота в моем доме	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/
26	Игра «Перебежки»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/
27	Игра «Охрана сокровища»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/
28	Игра «Охрана сокровища»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/
29	Игра «Чехарда»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/
30	Игра «Чехарда»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/
31	Игра «Лапта»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/
32	Игра «Лапта»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/
33	Игра «Третий лишний»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/
34	Игра «Третий лишний»	1	Групповая	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/