ЧАСТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ЛИДЕР»
ул. 40-летия Октября, д. 21, г. Челябинск, 454007,
тел. 8(351)-775-59-50e-mail: Lider174@mail.ru

Согласовано:
на заседании Педагогического совета
ЧОУ СОШ «Лидер»,
Протокол № 1 от 28.08.2026

Утверждаю:
Директор ЧОУ СОШ «Лидер»
_____О.С. Данилюкова
Приказ №__120_ 28.08.2026

ЧОУ СОШ "ЛИДЕР"

Подписано цифровой подписью: ЧОУ СОШ "ЛИДЕР"
DN: 1.2.643.100.4=120A3734343730363332 3131, 1.2.643.100.3=120B30323038383138383 53532, 1.2.643.100.1=120D3130333734303233 3238383432, 1.2.643.3.131.1.1=120C37343437313435 3936303834, c=RU, st=74 Челябинская область, l=ЧЕЛЯБИНСК Г, street=УЛ 40-ЛЕТИЯ ОКТЯБРЯ, Д. 21, o=ЧОУ СОШ "ЛИДЕР", cn=ЧОУ СОШ "ЛИДЕР", title=ДИРЕКТОР, givenName=ОКСАНА СЕРГЕЕВНА, sn=ДАНИЛЮКОВА

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Подвижные игры»

срок реализации: 4 года

Челябинск 2026

Пояснительная записка

Человеческий организм функционирует по законам саморегуляции. При этом на него воздействует множество внешних факторов. Многие из них оказывают отрицательное влияние. К ним, прежде всего, следует отнести: нарушение гигиенических требований режима дня, режима питания, неблагоприятные экологические факторы, вредные привычки, неблагополучную наследственность.

Одним из наиболее эффективных способов противодействия этим факторам является следование правилам здорового образа жизни, правильно организованной двигательной активности. Однако необходимо со всей отчётливостью понимать, что успешное решение проблемы здоровья возможно только в том случае, когда человек наряду с организованной двигательною активностью будет систематически выполнять и другие заповеди сохранения и укрепления здоровья; правильно дышать, правильно пить, правильно есть, правильно расслабляться, правильно беречься.

За время обучения в школе число здоровых учащихся сокращается. За последние годы увеличилось число хронически больных детей и количество детей «группы риска».

Как показали проведённые исследования, наиболее типичны для школьников нарушения опорно-двигательного аппарата: осанки и стоп, различные формы сколиоза, органов зрения, а также негармоническое физическое развитие.

Один из путей выхода из ситуации - разработка инновационных подходов к воспитанию и использование комплекса оздоровительных мероприятий – подвижных игр.

Подвижные игры для детей – основной инструмент познания малышом этого мира и мощнейший фактор роста. Движение – естественное состояние любого неспящего ребенка. Ребенок, которому созданы условия для движения, физических упражнений и игр, более гармонично развиты. Они лучше растут, они здоровее своих малоподвижных сверстников. Это понятно. При физических нагрузках усиливается обмен веществ. Кровь переносит строительный материал, кислород. В игре тренируется ловкость, выносливость, нарабатывается сила, тренируется вестибулярный аппарат. Нервные окончания получают массу новых импульсов. Мозг перерабатывает колоссальное количество информации. Работают и взаимодействуют все системы – зрение, слух, осязание. В мозгу формируются точнейшие импульсы, приказывающие совершить нужное движение.

В игре ребенок формирует и тренирует свои социальные роли. С помощью взрослых, конечно. В играх есть правила, которым надо следовать. Команды, которые обязательны для всех. Так ребенок учится подчиняться и руководить. Работать в команде или только на себя. Соблюдая правила игры, дети постигают смысл «честно» – «нечестно». И что очень важно, учатся, как побеждать, так и проигрывать. И изливать свои эмоции не на соперника, а на достижение цели.

Программа курса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Цель программы: создание условий для укрепления здоровья учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Задачи реализации поставленной цели являются:

- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
- развитие морально-волевых качеств учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
- формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
- развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
- стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
- развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
- воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
- формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

В программе делается упор на развитие двигательной активности детей. Она обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Отличительной особенностью программы является увеличение количества часов на изучение подвижных игр на период 1-4 годов обучения.

При реализации программы используются различные **методы** обучения:

- словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

Организация работы групповая. При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Формы учета программы воспитания:

- Привлечение внимания обучающихся к здоровому образу жизни через рассказы, объяснения, апробирования новых игр.

- Применение на уроках интерактивных форм работы с обучающимися: ролевая игра, игры в группах, игровые упражнения, инсценировка, тренинг.

Содержание курса

1 класс

Тема 1. Техника безопасности - 4 часа

Техника безопасности при проведении подвижных игр.

Тема 2. Беседы - 4 часа

Беседа «Возникновение подвижных игр».
Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде».
Беседа: «Основы строения и функций организма».
Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».

Тема 3. Игры - 25 часов

Игровые упражнения «Быстро встань в колонну», «Быстро встань в колонну», «Передал – садись», «Передача мяча в колонне», «Снежинки летят», «Лепка снежков и бросание их вдаль», обучение повороту на месте вокруг пяток лыж – «нарисуем веер», игровые упражнения без лыж.

Подвижные игры «Ловишки», «Жмурки», «Совушка», «Удочка», «Перелет птиц», «Успей добежать», «Хитрая лиса», «Не попадись», «Бабочка», «Лягушка», «Догони свою пару», «Не оставайся на полу», «Кого назвали, тот ловит», «Воробьи и кошка», «Ловля обезьян», «Будь ловким», «Кто быстрее?», Веселые старты, «Кто дальше проскользит?», «Кто самый быстрый?», подвижные игры без лыж, «Кого назвали, тот и ловит», «Бери ленту», «Медведи и пчелы», «Мяч в воздухе», «Паук и мухи», «Скворечники», «Мы – физкультурники», «Пустое место», «Мышеловка», «Карусель», эстафета с мячом, «Охотник и зайцы», «Мяч водящему», «Быстрей по местам!», «Волк на рву».

Игры малой подвижности «Тихо-громко», «Затейники», «Эхо», «Летает, не летает», «Фигуры», «Угадай, чей голосок», «Кто ушел?», «Поймай мяч», «Мяч вошедшему», «Хоровод», «Кто ушел?», «Река и ров», «Передал, садись», «Море волнуется», «Найди предмет».

Подвижные игры средней интенсивности «Ключи», «Воротца», эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге».

Национальные виды спорта коренных народов Южного Урала.

2 класс

Тема 1. Техника безопасности - 6 часов

ТБ при занятиях подвижными играми.

Тема 2. Беседы - 3 часа

Беседа «Личная гигиена».

Беседа «Закаливание организма».

Беседа: «Твой организм».

Тема 3. Игры - 25 часов

Подвижные игры «Стань правильно», «Карлики и великаны», «К своим флажкам», «Запрещенные движения», «Статуя», «Кот идет», «Не ошибись», «Беги и собирай», «Дети и медведь», «Гуси-лебеди», «Зима-лето», «Космонавты», «Кот проснулся», «Пчелки», «Красная шапочка», «Птица без гнезда», «Пятнашки», «Зайцы, сторож и Жучка», «Через ручеек», «Стая», «Летучие рыбки», «Пчелы и медвежата», «Светофор», «Два мороза», «Попади снежком в цель», «Проведи», «Птицы без гнезда», «Кошки мышки», «Воробушки», «Берегись Буратино», «День и ночь», «Воробьи вороны», «Колдунчик», «Салки выручали», «Шишки, желуди, орехи», «Гуси и волк», «Мы веселые ребята», «Защита укрепления», «Цепи кованы», «Класс, смирно».

Игры с лазанием и перелезанием «Распутай верёвочку».

Игры со скакалками «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка».

Игры для формирования правильной осанки «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».

Игры на развитие внимания «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам», «Товарищ командир».

Игры малой подвижности «Летает - не летает».

Игры-эстафеты Веселые старты, веселые старты с баскетбольными мячами, веселые эстафеты на свежем воздухе, полоса препятствий, веселые эстафеты с мячами

3 класс

Тема 1. Техника безопасности - 3 ч.

Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса.
Техника безопасности при занятиях подвижными играми.

Тема 2. Беседы- 3 ч.

Беседы по правильному питанию и о режиме дня.
Беседа: «Твой организм», «Красивая осанка».

Тема 3. Игры – 28 ч.

Подвижные игры «Игольное ушко», «Отгадай, чей голос?», «Воздушный десант», «Удочка», «Хоккей на траве», «Салки», «Лукошко», «Бирюльки», «Поймай меня», «Волк во рву», «Дуэльный баскетбол», «Салки», «Мушкетеры», «Вызов номеров», «Гонки с шайбой», «Кот все видит», «Лишний», «Овощи и фрукты», «Наперегонки парами», «Попрыгунчики-воробышки», «Щелчки», «Попрыгунчики – воробышки», «Петухи проснулись», «Скатывание шаров», «Вьюнок», «Гонки снежных комов», «Зигзаг», «Лепим снеговика», «Догони меня», «Омары», «Два Мороза», «Снежки», «День и ночь», «Добей шайбу», «Скатывание шаров», «Вытеснялки», «Попрыгунчики», «Хоккей», «Магазин», «Найди себе пару», «Перехват», «Лягушки – цапли», «С кочки на кочку», «Маленькое – большое», «Найди себе пару», «Отличия», «Фигуры», «Кто куда и зачем», «Волки, зайцы, лисы». «Хохотушечки», «Салки-выручалки»,

«Вышибалы», «Кот проснулся», «Гонка мячей», «Мяч соседу», «Метко в цель», «Оленьи упряжки», «Мы веселые ребята».

4 класс

Тема 1. Техника безопасности - 4 часа

ТБ при проведении подвижных игр.

Тема 2. Беседы - 4 часа

«Закаляйся, если хочешь быть здоров», «Режим дня», «Совы и жаворонки», «Красивая осанка»

Тема 3. Игры - 26 часов

Игры народов мира:
Бурятские народные игры «Ищем палочку», «Защита крепости»
дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»,
марийская народная игра «Катание мяча»,
якутская народная игра «Сокол и лиса»,
чувашские игры «Рыбки», «Хищник в море»,
кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»,
калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!»,
карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»,
игры *народов Коми* «Невод», «Стой, олень!»,
удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка»,
узбекская народная игра «Колесо»,
чечено-ингушская игра «Чиж»,
тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»,
мордовские народные игры «Котел», «Круговой»,
северо-осетинская игра «Борьба за флажки»,
игра *народов Сибири и Дальнего Востока* «Льдинки, ветер и мороз»,
игры *белорусского* народа. «Михасик», «Прела-горела», «Вьюны», «Посадка овощей»,
игры *украинского* народа. «Высокий дуб» «Колдун», «Бег по кочкам», «Шмель»,
игры *народов Востока* «Скачки», «Собери яблоки»,
игры *азербайджанского* народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек».

Игры народов Южного Урала
башкирские игры «Юрта», «Медный пень», «Курай (Дудочка)», «Муйуш алыш (Уголки)», «Ак тирек, кук тирэк (Белый тополь, синий тополь)», «Эна менян еп (Иголка и нитка)», «Бесэй менэн сыскан (Кот и мыши)», «Буре менэн куян (Волк и зайцы)»;
татарские народные игры «Продаем горшки (Чулмак уены)», «Серый волк», «Скок-перескок (Кучтем-куч)», «Хлопушки», «Займи место», «Ловишки», «Перехватчики», «Тимербай»;
русские народные игры «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки», «Пятнашки», «Салки», «Фанты», «Волк во рву», «Третий лишний», «Охотники и зайцы»,

«Краски», «Капканы», «Коршуны и наседка», «Ловушка», «Охотник и сторож», «Воробушки - попрыгунчики», «Ласточки и пчелки», «Кошки и мышки», «Колдуны», «Воздух, вода, земля», «Гусеница», «Зайцы в огороде», «У медведя во бору», «Удочка», «Хвостики», «Жаворонки»,
казахские детские игры «Ястребы и ласточки (Жапактар жане карлыгаш)», «Белая кость (Ак суек)», «Платок с узелком (Орамал)», «Цыплята (Балапандар)», «Есть идея! (Такия тастамак)», «Ауэ-таяк», «Айгулек».

Подвижные игры, основанные на элементах лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота».

Народные игры с камешками, шариками и палками «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».

Хороводные игры «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли», «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Заинька», «Ручеёк».

Игры для формирования правильной осанки «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадка».

Планируемые результаты.

Личностные:	**1 класс**	**2 класс**	**3 класс**	**4 класс**
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.	+	+	+	+

Метапредметные:

Регулятивные:	**1 класс**	**2 класс**	**3 класс**	**4 класс**
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.	+	+	+	+

Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.		+	+	+
Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её 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.	+	+	+	+
Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.	+	+	+	+
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.	+	+	+	+
В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.	+	+	+	+
Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	+	+	+	+
Познавательные:	**1 класс**	**2 класс**	**3 класс**	**4 класс**
Умение под руководством учителя выделять и формулировать познавательную цель.		+	+	+

Умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.				+
Осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения практических и познавательных задач в зависимости от конкретных условий.	+	+	+	+
Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.	+	+	+	+
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.	+	+	+	+
Коммуникативные:	**1 класс**	**2 класс**	**3 класс**	**4 класс**
Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.	+	+	+	+
Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.	+	+	+	+
Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	+	+	+	+
Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	+	+	+	+

Тематическое планирование

Класс	Тема	Количество часов	
		Теория	**Практика**
1 класс	Техника безопасности	4	**-**
	Беседы	4	**-**
	Игры	-	25
	Итого	**33**	
2 класс	Техника безопасности	6	**-**
	Беседы	3	**-**
	Игры	-	25
	Итого:	**34**	
3 класс	Техника безопасности	3	**-**
	Беседы	3	**-**
	Игры	-	28
	Итого:	**34**	
4 класс	Техника безопасности	4	**-**
	Беседы	4	**-**
	Игры	-	26
	Итого:	**34**	

Календарно-тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения занятия	ЦОР/ЭОР
1.	ТБ при проведении подвижных игр. Игровое упражнение «Быстро встань в колонну». Подвижная игра «Ловишки»	1	Беседа	http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
2.	Игровое упражнение «Быстро встань в колонну». Подвижная игра «Жмурки». Игра малой подвижности «Тихо-громко»	1	Игры	
3.	Беседа «Возникновение подвижных игр». Подвижная игра «Совушка»	1	Беседа	http://www.fizkult-ura.ru/
4.	Игровое упражнение «Передал – садись», подвижная игра «Удочка», игра малой подвижности «Затейники»	1	Игры	
5.	Подвижная игра «Перелет птиц», игровое упражнение «Передача мяча в колонне»	1	Игры	
6.	Подвижная игра «Успей добежать», игра малой подвижности «Эхо»	1	Игры	
7.	Подвижная игра «Хитрая лиса». Игра малой подвижности «Летает, не летает»	1	Игры	
8.	Подвижные игры «Не попадись», «Бабочка», «Лягушка»	1	Игры	
9.	Подвижная игра «Догони свою пару», игра «Фигуры»	1	Игры	
10.	ТБ при подвижных играх. Подвижная игра «Не оставайся на полу». Игра малой подвижности «Угадай, чей голосок»	1	Игры	
11.	Подвижная игра средней интенсивности "Ключи". Игра малой подвижности «Кто ушел?»	1	Игры	
12.	Подвижная игра «Кого назвали, тот ловит». Игра средней подвижности "Воротца".	1	Игры	
13.	Подвижная игра «Воробьи и кошка». Игра малой подвижности «Поймай мяч»	1	Игры	http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
14.	Подвижная игра «Ловля обезьян». Игра малой подвижности «Мяч	1	Игры	

	вошедшему»			
15.	Подвижная игра «Будь ловким». Игра малой подвижности «Хоровод»	1	Игры	
16.	Веселые старты	1	Соревнования	
17.	ТБ при подвижных играх. Игровое упражнение «Снежинки летят»	1	Беседа	
18.	Игровые упражнения без лыж «Лепка снежков и бросание их вдаль»	1	Игры	
19.	Обучение повороту на месте вокруг пяток лыж – «нарисуем веер»	1	Игры	
20.	Беседа: «Основы строения и функций организма». Игра «Кто быстрее?»	1	Беседа	
21.	Игры «Кто дальше проскользит?», «Кто самый быстрый?»	1	Игры	
22.	Игровые упражнения и подвижные игры без лыж.	1	Игры	
23.	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Подвижная игра «Кого назвали, тот и ловит»	1	Беседа	
24.	Подвижные игры «Бери ленту», «Медведи и пчелы»	1	Игры	http://www.fizkult-ura.ru/
25.	Подвижная игра «Мяч в воздухе», игра малой подвижности «Кто ушел?»	1	Игры	
26.	ТБ при подвижных играх. Подвижная игра «Паук и мухи», игра малой подвижности «Река и ров»	1	Игры	
27.	Подвижная игра «Скворечники». Игра малой подвижности «Передал, садись»	1	Игры	
28.	Подвижные игры «Мы – физкультурники», «Пустое место»	1	Игры	http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
29.	Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». Подвижная игра «Мышеловка»	1	Игры	
30.	Малоподвижная игра «Море волнуется», эстафета с мячом «Передача мяча в шеренге»	1	Игры	
31.	Подвижная игра «Карусель», эстафета с мячом	1	Игры	
32.	Подвижные игры «Охотник и зайцы», «Мяч водящему»	1	Игры	
33.	Подвижные игры «Быстрей по местам!», «Волк на рву». Игра малой подвижности «Найди предмет»	1	Игры	
	Всего	**33**		

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения занятия	ЦОР/ЭОР
1.	ТБ при занятиях подвижными играми. Разучивание игр «Стань правильно», «Карлики и великаны»	1	Беседа	http://www.fizkult-ura.ru/
2.	Разучивание игр «К своим флажкам», «Запрещенные движения»	1	Игры	
3.	Разучивание игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам»	1	Игры	
4.	Беседа: «Личная гигиена». Игры «Летает - не летает», «Статуя»	1	Беседа	
5.	Игры «Кот идет», «Товарищ командир»	1	Игры	
6.	Игры «Не ошибись», «Беги и собирай»	1	Игры	
7.	Игры «Дети и медведь», «Гуси-лебеди»	1	Игры	
8.	Игры «Зима-лето», «Космонавты»	1	Игры	
9.	Беседа: «Твой организм». Игра «Кот проснулся»	1	Беседа	
10.	ТБ при подвижных играх. Игры «Пчелки», «Красная шапочка»	1	Игры	
11.	Веселые эстафеты с предметами	1	Эстафета	
12.	Игры «Птица без гнезда», «Пятнашки»	1	Игры	
13.	«Зайцы, сторож и Жучка». Веселые старты.	1	Игры	
14.	Игры «Через ручеек», «Стая»	1	Игры	
15.	Игры «Летучие рыбки», «Пчелы и медвежата»	1	Игры	
16.	Игры «Светофор», «Гуси – лебеди»	1	Игры	
17.	ТБ при подвижных играх. Игры на свежем воздухе «Два мороза»	1	Беседа	
18.	Игры на свежем воздухе. «Попади снежком в цель»	1	Игры	
19.	Игры «Проведи», «Птицы без гнезда»	1	Игры	
20.	Веселые эстафеты на свежем воздухе	1	Эстафета	
21.	Беседа: «Закаливание организма». Игра «Кошки мышки»	1	Беседа	
22.	Игры «Воробушки», «Берегись Буратино»	1	Игры	http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
23.	Игры «День и ночь», «Воробьи вороны»	1	Игры	
24.	Игры «Колдунчик», «Салки выручали»	1	Игры	
25.	Игры «Шишки, желуди, орехи», «Гуси и волк»	1	Игры	
26.	Полоса препятствий	1	Соревнования	

27.	ТБ при подвижных играх. Игры «Мы веселые ребята», «Космонавты»	1	Беседа	
28.	Веселые эстафеты с мячами	1	Игры	
29.	Игра «Класс, смирно». Веселые старты	1	Игры	
30.	Веселые старты с баскетбольными мячами.	1	Соревнования	
31.	Игры с лазанием и перелезанием Игры «Распутай верёвочку», «Защита укрепления»	1	Игры	
32.	Игры с лазанием и перелазанием. Игры «Кошки - мышки», «Цепи кованы»	1	Игры	
33.	Игры со скакалками «Найди жгут», «Скакалочка», «Люлька», «Удочка»	1	Игры	
34.	Беседа «Красивая осанка». Игры для формирования правильной осанки «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки»	1	Беседа	
	Всего	**34**		

3 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения занятия	ЦОР/ЭОР
1.	Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса. Подвижная игра «Игольное ушко»	1	Беседа	http://www.fizkult-ura.ru/
2.	Игры «Отгадай, чей голос?», «Воздушный десант»	1	Игры	
3.	Игры «Удочка», «Хоккей на траве»	1	Игры	
4.	Игры «Салки», «Лукошко»	1	Игры	
5.	Игры «Отгадай, чей голос?», «Бирюльки»	1	Игры	
6.	Подвижная игра «Поймай меня»	1	Игры	
7.	Игры «Волк во рву», «Дуэльный баскетбол»	1	Игры	
8.	Игры «Салки», «Мушкетеры»	1	Игры	
9.	Игры «Вызов номеров», «Гонки с шайбой»	1	Игры	
10.	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Подвижная игра «Кот все видит», «Поймай меня»	1	Беседа	
11.	Игры «Волк во рву», «Лишний»	1	Игры	
12.	Беседы по правильному питанию и о режиме дня. Игра «Овощи и фрукты»	1	Беседа	
13.	Подвижные игры «Наперегонки парами», «Попрыгунчики-воробышки»	1	Игры	
14.	Подвижные игры «Наперегонки парами», «Щелчки»	1	Игры	
15.	Игры «Попрыгунчики – воробышки», «Петухи проснулись»	1	Игры	
16.	«Скатывание шаров», подвижная игра «Вьюнок»	1	Игры	
17.	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. «Гонки снежных комов», Подвижная игра «Зигзаг»	1	Беседа	
18.	Подвижная игра «Лепим снеговика», «Догони меня»	1	Игры	
19.	«Гонка с шайбами», Подвижная игра «Омары»	1	Игры	
20.	«Два Мороза», Подвижная игра «Снежки»	1	Эстафета	
21.	Подвижная игра «День и ночь», «Добей шайбу»	1	Беседа	http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287

22.	Подвижная игра «Скатывание шаров», «Вытеснялки»	1	Игры	
23.	«Лепим снеговика». Подвижная игра «Попрыгунчики»	1	Игры	
24.	«Гонка с шайбами». Подвижная игра «Хоккей»	1	Игры	
25.	Беседы по правильному питанию и о режиме дня. Игры «Магазин», «Найди себе пару».	1	Беседа	
26.	Подвижные игры «Перехват», «Лягушки – цапли»	1	Игры	
27.	Игры «С кочки на кочку», «Маленькое – большое»	1	Беседа	
28.	Подвижная игра «Найди себе пару», «Отличия»	1	Игры	
29.	«Фигуры». Подвижная игра «Кто куда и зачем»	1	Игры	
30.	Игры «Волки, зайцы, лисы». «Хохотушечки»	1	Игры	
31.	Подвижная игра «Салки-выручалки», «Вышибалы»	1	Игры	
32.	Беседа: «Твой организм». Подвижная игра «Кот проснулся».	1	Беседа	
33.	Подвижные игры «Гонка мячей», «Мяч соседу», «Метко в цель»	1	Игры	
34.	Беседа: «Красивая осанка». Игры «Оленьи упряжки», «Мы веселые ребята»	1	Беседа	
	Всего	**34**		

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения занятия	ЦОР/ЭОР
1.	ТБ при проведении подвижных игр. Бурятские народные игры «Ищем палочку», «Защита крепости», чувашсие игры «Рыбки» «Хищник в море»	1	Беседа	http://www.fizkult-ura.ru/
2.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» Марийская народная игра «Катание мяча».	1	Игры	
3.	Якутская народная игра «Сокол и лиса». Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!»	1	Игры	
4.	Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!». Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой»	1	Игры	
5.	Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка». Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!»	1	Игры	
6.	Узбекская народная игра «Колесо». Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба»	1	Игры	
7.	Беседа «Закаляйся, если хочешь быть здоров». Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз»	1	Игры	
8.	Мордовские народные игры «Котел», «Круговой»	1	Игры	
9.	Татарские народные игры «Продаем горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Хлопушки»	1	Игры	
10.	Техника безопасности при проведении подвижных игр. Татарские народные игры «Займи место», «Ловишки», «Перехватчики», «Тимербай»	1	Беседа	
11.	Чечено-ингушская игра «Чиж». Северо-осетинская игра «Борьба за флажки»,	1	Игры	
12.	Игры белорусского народа. «Михасик», «Прела-горела», «Вьюны», «Посадка овощей»	1	Беседа	
13.	Игры народов Востока «Скачки», «Собери яблоки». Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч», «Отдай платочек».	1	Игры	
14.	Игры украинского народа. «Высокий дуб» «Колдун», «Бег по	1	Игры	

	кочкам», «Шмель»			
15.	Беседа «Режим дня». Русские народные игры «Гуси-лебеди», «Охотники и зайцы»	1	Игры	
16.	Русские народные игры «Обыкновенные жмурки», «Пятнашки», «Салки»	1	Игры	
17.	Техника безопасности при проведении подвижных игр. Подвижные игры, основанные на элементах лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»	1	Беседа	http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
18.	Русские народные игры «Фанты», «Волк во рву», «Третий лишний»	1	Игры	
19.	Русские народные игры «Краски», «Капканы», «Коршуны и наседка», «Ловушка»	1	Игры	
20.	Русские народные игры «Охотник и сторож», «Воробушки - попрыгунчики», «Ласточки и пчелки»	1	Эстафета	
21.	Русские народные игры «Воздух, вода, земля», «Гусеница», «Зайцы в огороде»	1	Беседа	
22.	Русские народные игры «У медведя во бору», «Колдуны», «Кошки и мышки»	1	Игры	
23.	Русские народные игры «Удочка», «Хвостики», «Жаворонки»	1	Игры	
24.	Башкирские игры «Юрта», «Медный пень», «Дудочка»	1	Игры	
25.	Башкирские игры «Уголки», «Белый тополь, синий тополь»	1	Игры	
26.	Башкирские игры «Иголка и нитка», «Кот и мыши», «Волк и зайцы»	1	Игры	
27.	Беседа «Совы и жаворонки». Игра «совы и жаворонки»	1	Беседа	
28.	Казахские детские игры «Ястребы и ласточки», «Белая кость», «Платок с узелком»	1	Игры	http://www.fizkult-ura.ru/
29.	Казахские детские игры «Цыплята», «Есть идея!»	1	Игры	http://www.fizkult-ura.ru/
30.	Техника безопасности при проведении подвижных игр. Казахские детские игры «Ауэ-таяк», «Айгулек»	1	Беседа	
31.	Народные игры с камешками, шариками и палками «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка»	1	Игры	
32.	Хороводные игры «Ясное золото», «Плетень», «Просо сеяли»	1	Игры	

33.	Хороводные игры «Жених ищет невесту», «Луг - лужочек», «Заинька», «Ручеёк».	1	Игры	
34.	Беседа «Красивая осанка». Игры для формирования правильной осанки «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».	1	Беседа	

Используемая литература:

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
4. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия по физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
5. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
6. Горский В.А. Примерные программы внеурочной деятельности, М. Просвещение, 2011 г
7. Былеева Л.В. Русские народные игры, М., 1988 г.