

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа с. Богдановка
муниципального района Кинельский Самарской области

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического совета
Протокол №1
от 29 августа 2023 года

ПРОВЕРЕНО
ответственной за УР
Т.Е. Сасиной
Протокол №1
От 29 августа 2023 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

А.С. Мажаровская
Приказ № 106 - ОД
От 29 августа 2023 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности
"Здоровейка"

1 - 4 классы

Учитель:
Бакулина
Елена Викторовна

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Данная программа внеурочной деятельности «Здоровейка. Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования, на основе

- ✓ Комплексной программы физического воспитания (авторы - В. И. Лях, А. А. Зданевич).
- ✓ Федеральный Закон «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ (принят Государственной Думой 21.12.12г., одобрен Советом Федерации 26.12.12г., вступил в силу с 01.09.13г.)
- ✓ Федеральные государственные образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом МОиН РФ от 6 октября 2009г. №373)
- ✓ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 года № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 22 декабря 2009 года, регистрационный № 15785);
- ✓ Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 26 ноября 2010 года № 1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 года № 373» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 04 февраля 2011 года, регистрационный № 19707).
- ✓ Письмо Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»
- ✓ СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010г. №189
- ✓ Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (утверждены приказом МОиН РФ от 28 декабря 2010г. №2106)
- ✓ на основе требований освоения Основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ СОШ с.Богдановка

Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей).

В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование прежде всего естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метание), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой, соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.

Подвижные игры — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Они призваны донести до потомков национальный колорит обычаев, оригинальность самовыражения того или иного народа, своеобразие языка, формы и содержания разговорных текстов. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви и преданности Родине. В современном мире повсеместно и неуклонно происходит возрождение древней культуры всех народов, развиваются и совершенствуются национальные традиции в искусстве и литературе, содержащие в себе богатейшие фольклорные пласты, куда относятся и народные игры.

Программа «Здоровейка. Подвижные игры» формирует общеучебные умения и навыки у учащихся. Игры развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, подвижные народные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания так, как знакомят с национальными традициями и культурой. Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося начальной школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня национального самосознания.

Цель программы: формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны и культуре других стран; содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников; создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности к Родине.

Задачи:

обучающие:

- научить детей играть активно и самостоятельно;
- познакомить с играми, традициями, историей и культурой разных народов;
- обучить правилам народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

развивающие:

- 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;
- развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость;
- увеличивать функциональные возможности организма.

воспитывающие:

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- прививать учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитывать культуру общения со сверстниками и формировать навыки сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Общая характеристика учебного предмета, курса.

Программа курса «Здоровейка: Подвижные игры» рассчитана на четыре класса.

В первом классе курс называется «*Русские народные игры*».

Во втором классе называется «*Народные игры*».

В третьем классе называется «*Игры народов мира*».

В четвертом классе называется «*Подвижные и спортивные игры*».

Предлагаемая рабочая программа знакомит учащихся с играми русского народа, народов России, народов мира, подвижными и спортивными играми, игровыми ситуациями, в которых отражаются национальный аспект, истоки самобытности культуры народа.

Теоретический материал программы предлагается в форме бесед до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности, в ходе которых дети узнают много интересного об истории происхождения и развития различных игровых видов деятельности; знакомятся с правилами игры, правилами общения, правилами безопасного поведения на занятиях и во время самостоятельно организованных игр.

В практическую часть программы помимо игр различных народов, входят комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов. Комплексы регулярно обновляются.

При проведении занятий учитываются индивидуальные особенности обучающихся, уровень их физической подготовленности и состояние здоровья.

Описание места предмета в учебном плане внеурочной деятельности.

Программа ориентирована на младших школьников и имеет общий объем 270 ч.

Соответственно:

1 класс – 66 часов.

2 класс – 68 часов.

3 класс - 68 часов.

4 класс – 68 часов.

Описание ценностных ориентиров содержания программы

Содержание курса отвечает генеральным целям физкультурного образования — ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира.

В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности:

- программа разработана непосредственно для учащихся 1-4 класса;
- основу программы составляют ритмические упражнения и подвижные игры, представленные согласно их классификации;
- реализация программы способствует созданию зоны комфорта и повышению эмоционального фона;
- программа дает возможность работы с учащимися, имеющими разный уровень физической подготовленности;
- проведение занятий по данной программе позволяет подбирать нагрузку и чередовать ее в оздоровительных целях;
- программа предполагает приобретение учащимися опыта индивидуальной и коллективной работы;

- занятия проводятся под музыку, которая используется как фон для снятия монотонности; как лидер, задающий ритм и темп выполняемых движений; как фактор обучения, так как движения легче запоминаются.

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета, курса.

Игры являются средством формирования у обучающихся универсальных учебных действий.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по изучению игр 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 освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при проведении игр, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игровой деятельности;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр;
- планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.
- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг;
- излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; б
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр;
- 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;
- подавать команды, вести подсчет при организации и проведении игр;
- применять в игровой деятельности технические действия из базовых видов спорта.

К концу учебного года учащиеся должны

понимать:

- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

знать:

- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- терминологию, связанную с проведением игр, ритмических занятий;

уметь:

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- выражать в движении характер музыки и ее настроение;
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

Содержание учебного предмета, курса

1 класс. Русские народные игры

Т.Б. во время подвижных игр. «У медведя во бору», «Салки». Осенины - русские народные празднества. «Зайцы в огороде». Разучивание считалок. «Кошки-мышки». «Салки с мячом». Старорусские обряды ноября. «Кто сильнее». Ролевые и сюжетные игры. «Красная шапочка». «Пчелки». «Дети и медведи». «День и ночь». «Совушка». «День и ночь». «Теремок». Заклички. «Жмурки». «Нитка, иголка, узелок». Именинные дни. «Кот проснулся». «Пятнашки». «Гуси-лебеди». Обряд вязания узлов на счастье. «Зайцы, сторож и жучка». «Ловишки». «Салочки-колдунчики». «Колечко». Традиции русского народа. «Рыбаки и рыбки». «Беги». Весенние игры и состязания. «Совушка». «Цепи-кованы». «Волк во рву». Хороводы и хороводные игры Руси. «Ручеек». Весенние заклички. «Петухи». «Два Мороза». Ярилины игрища на Руси.

2 класс. Народные подвижные игры

Т.Б. во время подвижных игр. «Ручеек». «Салки». «Туда-обратно». «Вытalkingвание из круга». «Совушка». «Попрыгунчики – воробушки». «Паук и мухи». «Горелки». «Мышеловка». «Лиса в курятнике». «Два и три». «Мешочек». «Городок». «Филин и пташки». «Вызов номеров». «Кто дальше бросит?». «Что изменилось?». «Посадка картофеля». «Слушай сигнал». «Лягушка и цапля». «Угадай, чей голосок?». «Запомни свой цвет». «Шишки, желуди, орехи». «Белые медведи». «Угадай кто?». «Перемена мест». «Хитрая лиса». «Второй лишний». «Прыжки по кочкам». «Кто быстрее?».

3 класс. Игры народов мира.

1. Игры народов Сибири и Дальнего Востока

Т.Б. во время подвижных игр. Историческое наследие игр. «Перетягивание каната». «Борьба на палке», «Куропатки и охотники». «Здравствуй, догони!». «Отбивка оленей». «Ручейки и озера». «Смелые ребята». «Бег в снегоступах». «Охота на куропаток». «Успей поймать». «Ловля оленей». Эстафеты, конкурсы, аттракционы.

2. Игры народов Коми, Бурятии, Калмыкии.

Особенности игр Коми, Бурятии, Калмыкии. «Ищем палочку». «Палочка – стукалочка». «Достань шапку». «Я есть!». «Биляша». «Мяч». «Пятнашки на санках». «Стой, олень». «Невод». «Табун». Игровая программа «Веселые старты».

3. Игры народов Кавказа.

Особенности кавказских игр. «Конно – спортивная игра». «Снятие шапки». «Игра в лягушек». «Конное поло». «Чья шеренга победит?». «Отдай платочек». Традиции народных праздников Кавказа. «Палочка – выручалочка». «День и ночь». «Изюминка». «Земля, вода, воздух, огонь», «Взятие в плен». «Утушка». Соревнования: «Веселые забавы».

4. Игры народов Украины, Белоруссии

«Колдун». «Иванка». «Мельница». «Охотники и утки». «Заморозка». «Колечко». «Гуси летят». «Сосед, подними руку». «Перетягивание». «Жмурки». Посадка картошки. «Догони меня». Итоговое мероприятие: «Спортивные сказки».

5. Игры народов Прибалтики

Особенности игр народов Прибалтики. «Сторож». «Король мавров». «Черное и белое». «Кольцо». «Птица без гнезда». «Король зверей». «Цветы». «Ригу – рагу». «Утро зайчика». «Ловля хорька». «Стая уток». «Путешественник».

Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки; упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

4 класс. Подвижные и спортивные игры

1. **Подвижные игры:** «Охотник и собака», «Поймай дракона за хвост», «Хромой цыпленок», «Человек, ружье, тигр», «Чужеземцы», игра «Метательная лапта», игра «Перестрелка», игра «Перемена мест», игра «Перебежки», игра «Охрана сокровища», «Чехарда», «Третий лишний»

2. **Спортивные игры:** «Пионербол», «Бадминтон».

Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ), комплексы гигиенической гимнастики, комплексы упражнений дыхательной гимнастики, корригирующие упражнения для нормализации осанки; упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

Календарно – тематическое планирование 1 класс (66 часов).

№	Тема урока	Кол-во часов
І четверть (18 ч)		
1.	Вводное занятие: инструкция по ТБ. Русская народная игра « У медведя во бору»	1
2.	Русская народная игра "Салки"	1
3.	Русская народная игра « Филин и пташка»	1
4.	Осенины - русские народные празднества.	1
5.	Русская народная игра « Горелки»	1
6	Русская народная игра "Кошки-мышки"	1
7.	Разучивание считалок. Русская народная игра « Кот и мышь»	1
8.	"Горелки", "Филин и пташка"	1
9.	Русская народная игра «Блуждающий мяч»	1
10.	"Кошки - мышки", "У медведя во бору"	1
11.	Русская народная игра « Зарница»	1
12.	"Зарница"	1
13.	Русская народная игра «Зайцы в огороде». Разучивание считалок.	1
14	Русская народная игра "Салки с мячом"	1
15.	Русская народная игра «Кто сильнее»	1
16.	"Салки с мячом", "Кто сильнее"	1
17.	Русская народная игра «Красная шапочка»	1
18.	"Красная шапочка"	1
ІІ четверть (14 ч)		
1.	Русская народная игра «Пчелки»	1
2.	Русская народная игра «Пчелки»	1
3.	Русская народная игра «Дети и медведи»	1
4	РНИ "Пчелки", "Дети и медведи"	1
5.	Русская народная игра «День и ночь»	1
6	Русская народная игра «День и ночь»	1
7.	Русская народная игра «Совушка»	1
8	"День и ночь", "Совушка"	1
9.	Русская народная игра «День и ночь»	1
10	"Пчелки", "Красная шапочка"	1
11.	Русская народная игра «Теремок»	1
12.	Русская народная игра «Теремок»	1
13.	Русская народная игра «Теремок»	1
14.	Русская народная игра «Теремок»	1
ІІІ четверть (18 ч)		
1.	Русская народная игра «Нитка, иголка, узелок»	1
2.	Русская народная игра «Нитка, иголка, узелок»	1
3.	Русская народная игра «Кот проснулся»	1
4.	"Нитка, иголка, узелок", "Кот проснулся"	1
5.	Русская народная игра «Нитка, иголка, узелок»	1
6.	Русская народная игра «Нитка, иголка, узелок»	1
7.	Русская народная игра «Гуси – лебеди»	1
8.	"Гуси - лебеди", "Кот проснулся"	1
9.	Русская народная игра «Зайцы, сторож и Жучка»	1
10.	Русская народная игра «Зайцы, сторож и Жучка»	1
11.	Русская народная игра «Ловишки»	1

12.	Русская народная игра «Ловишки»	1
13.	Русская народная игра «Салочки – колдунчики»	1
14.	«Салочки – колдунчики», «Ловишки»	1
15.	Русская народная игра «Колечко»	1
16.	Русская народная игра «Колечко»	1
17.	Русская народная игра «Рыбаки и рыбки»	1
18.	Русская народная игра «Рыбаки и рыбки»	1
IV четверть (16 ч)		
1.	Русская народная игра «Беги»	1
2.	«Беги», "Рыбаки и рыбки"	1
3.	Русская народная игра «Совушка»	1
4.	«Совушка», " Салки с мячом"	1
5.	Русская народная игра «Цепи – кованы»	1
6.	Русская народная игра «Цепи – кованы»	1
7.	Русская народная игра « Волк во рву»	1
8.	« Волк во рву», "У медведя во бору"	1
9.	Русская народная игра «Ручеек». Хороводы и хороводные игры Руси.	1
10.	"Ручеек", хороводы.	1
11.	Русская народная игра «Петухи». Весенние заклички.	1
12.	"Петухи", Хороводные игры.	1
13.	Русская народная игра «Два Мороза». Ярилины игрища на Руси.	1
14.	"Два Мороза", Ярилины игрища	1
15.	Спортивный праздник.	1
16.	Хороводы и хороводные игры.	1

Календарно – тематическое планирование 2 класс (68 ч)

№	Тема урока	Кол-во часов
І четверть (18 ч)		
1.	Вводное занятие: инструкции по ТБ. «Гуси – лебеди»	1
2.	"Ручеек"	1
3.	«Салки»	1
4.	"Гуси - лебеди", "Ручеек", "Салки"	1
5.	«Догони меня»	1
6.	"Выталкивание из круга"	1
7.	"Совушка"	1
8.	"Догони меня", "Выталкивание из круга"	1
9.	«Вызов номеров»	1
10.	«День и ночь»	1
11.	"Вызов номеров", День и ночь "	1
12.	"Попрыгунчики- воробышки"	1
13.	"Попрыгунчики - воробышки", "Совушка"	1
14.	«Волк во рву»	1
15.	"Волк во рву", "Догони меня"	1
16.	«Горелки»	1
17.	«Лягушки – цапли», «Быстрее по местам»	1
18.	«Удочка», «Аисты».	1
ІІ четверть (14 ч)		
1.	«Не намочи ноги»	1
2.	"Удочка", "Аисты"	1
3.	«Охотники и утки»	1
4.	"Охотники и утки", "Не намочи ноги"	1
5.	«Пчёлки»	1
6.	"Паук и мухи"	1
7.	"Паук и мухи", "Пчёлки"	1
8.	"Горелки"	1
9.	«Пятнашки», «Кот и мыши»	1
10.	"Горелки", "Пятнашки"	1
14.	«Вышибалы»	1
15.	"Мышеловка"	1
16.	«Пустое место»	1
16.	«Совушка»	1
ІІІ четверть (20 ч)		
1.	«Подвижная цель»	1
2.	"Мышеловка"	1
3.	"Пустое место", "Совушка"	1
4.	«Попади в цель»	1
5.	"Вышибалы", "Горелки"	1
6.	"Лиса в курятнике"	1
7.	"Лиса в курятнике", "Мышеловка"	1
8.	«Два Мороза»	1
9.	"Два Мороза", "Попади в цель "	1
10.	«Белые медведи»	1
11.	"Два и три", "Белые медведи"	1
12.	«Охотники и утки»	1

13.	"Мешочек"	1
14.	«Казачи разбойники»	1
15.	«Рыбаки и рыбки»	1
16.	"Казачи - разбойники", "Рыбаки и рыбки"	1
17.	«Бросай – беги»	1
18.	«Сокол и мыши»	1
19.	"Бросай - беги", "Сокол и мыши"	1
20.	«Быстрая передача»	1
IV четверть (16 ч)		
1.	«Мяч среднему», «Мяч соседу»	1
2.	"Городок"	1
3.	«Зайцы в огороде»	1
4.	"Филин и пташки", "Городок"	1
5.	«Подвижная цель»	1
6.	"Вызов номеров", "Кто дальше бросит?"	1
7.	«Зайцы, сторож и Жучка»	1
8.	"Что изменилось?", "Посадка картофеля"	1
9.	«Снайперы»	1
10.	"Слушай сигнал", "Лягушка и цапля"	1
11.	«Играй, мяч не теряй»	1
12.	"Шишки, желуди, орехи"	1
13.	«Запрещённое движение»	1
14.	"Белые медведи", "Угадай кто?"	1
15.	"Перемена мест", " Хитрая лиса"	1
16.	Весёлые старты. Итоговое занятие.	1

Календарно – тематическое планирование 3 класс (68 ч)

№	Тема урока	Кол-во часов
І четверть (18 ч)		
<i>Игры народов Сибири и Дальнего Востока</i>		
1-2	Перетягивание каната. «Борьба на палке»	2
3-4	«Куропатки и охотники», «Здравствуй, догони!»	2
5-6	«Отбивка оленей», «Ручейки и озера»	2
7-8	«Смелые ребята», «Бег в снегоступах»	2
9-10	«Охота на куропаток», «Успей поймать»	2
11-12	«Ловля оленей», Эстафеты, конкурсы, аттракционы.	2
<i>Игры народов Коми, Бурятии, Калмыкии.</i>		
13-14	«Ищем палочку», «Палочка – стукалочка»	2
15-16	«Достань шапку», « Я есть!»	2
17-18	«Биляша», «Мяч»	2
ІІ четверть (14 ч)		
19-20	«Пятнашки на санках», «Стой, олень»	2
21-22	«Невод», «Табун»	2
23-24	Игровая программа «Веселые старты»	2
<i>Игры народов Кавказа</i>		
25-26	«Конно – спортивная игра». «Конное поло»	2
27-28	«Снятие шапки», « Игра в лягушек»	2
29-30	«Чья шеренга победит?»	2
31-32	«Отдай платочек»	2
ІІІ четверть (20 ч)		
33-34	Традиции народных праздников Кавказа. « Палочка – выручалочка»	2
35-36	«День и ночь». «Изюминка»	2
37-38	«Земля, вода, воздух, огонь», « Взятие в плен», «Утушка»	2
39-40	Соревнования « Веселые забавы»	2
<i>Игры народов Украины, Белоруссии.</i>		
41-42	« Колдун», « Иванка»	2
43-44	«Мельница», «Охотники и утки»	2
45-46	«Заморозка», « Колечко»	2
47-48	«Гуси летят», « Сосед, подними руку».	2
49-50	«Перетягивание», «Жмурки»	2
51-52	«Посадки картошки», «Спортивные сказки»	2
ІV четверть (16 ч)		
53-54	Итоговое мероприятие « Спортивные сказки»	2
<i>Игры народов Прибалтики</i>		
55-56	«Сторож», «Король мавров»	2
57-58	«Черное и белое», «Кольцо»	2
59-60	«Птица без гнезда», «Король зверей»	2
61-62	«Цветы», «Ригу – рагу»	2
63-64	«Утро зайчика», «ловля хорька»	2
65-66	«Путешественник», «Стая уток»	2
67-68	Итоговое мероприятие « Спортивный праздник»	2

Календарно – тематическое планирование 4 класс (68 ч)

№	Тема урока	
I четверть (18ч)		
1-2	Вводное занятие: инструкция по ТБ. Игра «Охотник и собака»	2
3-4	Игра «Охотник и собака»	2
5-6	Игра « Поймай дракона за хвост»	2
7-8	Игра « Поймай дракона за хвост»	2
9-10	Игра « Хромой цыпленок»	2
11-12	Игра « Хромой цыпленок»	2
13-14	Игра « Человек, ружье, тигр»	2
15-16	Игра « Чужеземцы»	2
17 - 18	"Человек, ружье, тигр", "Чужеземцы"	2
II четверть (14 ч)		
1- 2	Игра « Чужеземцы»	2
3 - 4	"Поймай дракона за хвост"	2
5 - 6.	«Метательная лапта»	2
7 - 8	"Метательная лампа", " Хромой цыплёнок"	2
9 - 10.	Игра « Перестрелка»	2
11 -12	"Охотник и собака"	2
13 -14.	Игра « Перебежки»	
III четверть (20 ч)		
1- 2	Игра « Охрана сокровища»	2
3 - 4	"Перестрелка"	2
5 - 6	Игра « Чехорда»	2
7 - 8	"Чехорда", "Охрана сокровища"	2
9 -10	Игра " Третий лишний!	2
11-12	Игра « Третий лишний»	2
13 - 14	Пионербол	2
15-16	Пионербол	2
17 - 18	Пионербол	2
19 - 20	"Чехорда", Пионербол	2
IV четверть (16 ч)		
1 -2	Пионербол	2
3 -4	Пионербол	2
5 - 6	Бадминтон	2
7 - 8	Бадминтон	2
9 -10	Бадминтон	2
11-12	Пионербол, Бадминтон	2
13 - 14	Турнир по пионерболу.	2
15 - 16	Турнир по бадминтону	2

Учебно-методическое обеспечение

1. Барканов, С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков: Учебно-методическое пособие / С.В. Барканов – М.: Владос, 2001.
2. Белоножкина, О.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе. Волгоград. Учитель, 2007.
3. Богданов, Г.П. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом / Г.П. Богданов, О.У. Устенков – М., 1993.
4. Богданов, В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие / В.П. Богданов – М., 1990.
5. Гальцова, Е.А., Власенко, О.П. Спортивный серпантин. Сценарии спортивных мероприятий. Волгоград: Учитель, 2007.
6. Гордияш, Е.Л., Жигульская, И.В., и др. Физическое воспитание в школе. Волгоград: Учитель, 2008.
7. Горский, В.А. «Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное основное образование» под редакцией В.А. Горского, -2-е изд. – М., Просвещение 2011
8. Журнал «Физическая культура в школе»
9. Казин, Э.М. Физическое развитие личности в воспитательно-образовательном процессе школы. Кемерово. 2005.
10. Кенеман, А.В. Детские подвижные игры народов СССР / А.В. Кинеман - М.: Просвещение, 1988г.
11. Кузнецов, В.С., Колодницкий, Г.А. «Физическая культура. Упражнения и игры с мячами». Методическое пособие. М., НЦ ЭНАС. 2002.
12. Литвинова, М.Ф. «Русские народные подвижные игры». Под редакцией Руссковой, Л.В. М., Просвещение. 1986г.
13. Патрикеев, А.Ю. «Подвижные игры» 1-4 классы. Учебно-методическое пособие. М., ВАКО. 2007г.
14. Пензулаева, Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7лет». М., Владос, 2001г.
15. Сайт о русских народных играх. – <http://www.glee.ru>.
16. Степанов, П.В., Сизяев, С.В., Сафронов Т.Н. программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность Спортивно-оздоровительная деятельность. М., Просвещение, 2011.
17. Яковлев, В.Г. Подвижные игры / В.Г. Яковлев. М.: Просвещение, 1992.
18. Лях В. И., Зденевич А. А. Комплексная программа физического воспитания 1-11 класс. //В. И. Лях, А. А. Зденевич / М.: Просвещение, 2008. – 127 с.

Материально-техническое оснащение

1. Стенка гимнастическая
2. Скамейка гимнастическая
3. Коврик гимнастический
4. Гимнастические маты
5. Мяч малый (теннисный)
6. Мяч гимнастический
7. Скакалка гимнастическая
8. Палка гимнастическая
9. Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой
10. Мячи баскетбольные
11. Мячи волейбольные
12. Сетка волейбольная
13. Мячи футбольные
14. Аптечка медицинская
15. Спортивный зал
16. Секундомер