

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД АРМАВИР
МАОУ СОШ № 18 с УИОП

РАССМОТРЕНО
на заседании КНО
_____ Мкртычан И.А.
Протокол № 1
от «23» 08. 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора по УМР
_____ Фенева В.В.
Протокол №1
от «26» 08. 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
_____ Татаренко М.М.
Протокол педсовета № 1
от «30» 08. 2024 г.

РАБОЧАЯ
ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности «ОТ ИГРЫ К СПОРТУ»
для обучающихся 1 - 4 классов
на 2024-2025 учебный год

город Армавир 2024

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «От игры к спорту» составлена на основе курсов «Подвижные игры» и «Путешествие по тропе здоровья» автора Глебовой Л.Д. Курс рассчитан на 270 часов (по 2 часа в неделю). Все занятия проходят внеаудиторно (спортивном зале, на спортивной площадке, на природе) в форме игры и соревнований.

Цель:

- развить двигательные функции ребенка, повысить интерес к детским подвижным играм.

Задачи:

- совершенствовать физические качества: быстроту, силу, ловкость, выносливость, владение своим телом;
- расширить знания учащихся в области подвижных игр;
- прививать культуру русского народа через игру; познакомить с культурой других народов;

Программа состоит из разделов:

1-й раздел - «Русские народные игры», изучается с 1-го по 4-й класс.

2-й раздел - «Игры народов России», изучается в 3-4-х классах.

3-й раздел - «Игры Северного Кавказа», изучается в 4-м классе.

4-й раздел - «Подвижные игры», изучается в 1-х и 2-х классах.

5-й раздел - «Эстафеты», изучается в 1-3-х классах.

6-й раздел - «Тропа Здоровья», изучается с 1-го по 4-й класс.

Такое распределение игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

Программа рассчитана на детей 6-10 лет (1-4 классы).

Таблица распределения часов по годам обучения

п/п	Разделы, темы	итого	Количество часов по классам			
			1 кл.	2 кл.	3 кл.	4 кл.
1	Русские народные игры	62	13	17	16	16
2	Игры народов России	24	-	-	17	7
3	Игры Северного Кавказа	9	-	-	-	9
4	Подвижные игры	56	17	20	9	10
5	Эстафеты	50	11	13	16	10
6	Тропа здоровья	69	25	18	10	16
	Итого	270	66	68	68	68

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1-й класс (66ч.)

Русские народные игры (13ч.)

Гуси-лебеди. У медведя во бору. Маша и Яша. Палочка - выручалочка. Классики. Блуждающий мяч. Ловишка в кругу. Пчелки и ласточки. Филин и пташки. Краски. Горелки. Пятнашки. Кот и мышь.

Подвижные игры (17ч.)

К своим флажкам. Кот идет. Северный и южный ветер. Ловишки с приседаниями. Эстафета с обручами. Мы веселые ребята. К своим флажкам! Перебежка в парах. Последний выбывает. Караси и щука. Пустое место. Белые медведи. Эстафета с передачей мяча. Вызов номеров. Салки по кругу. Убегай- догоняй. Команда быстроногих.

Эстафеты (11ч.)

Переправа с досками. Туннель. Собери урожай. Принеси мяч. Успей перебежать. Линейная эстафета с бегом. Эстафета в несколько этапов. Эстафета «Лягушка». Эстафета «Сороконожка». Эстафета на меткость. Эстафета «Ловкач».

Тропа здоровья (25ч.)

Вводное занятие. Организм человека и его функции. Органы пищеварения. Питание. Органы дыхания. Нервная система. Зубы и уход за ними. Опора тела и движение. Скелет и осанка. Органы кровообращения. Сердце. Органы чувств. Забота о глазах. Уход за ушами. Мышцы и их значение. Забота о коже. Сон. Питание. Как закаляться. Боль. Безопасность при любой погоде. Раста здоровым. Воспитаи себя. Путешествие в страну Здоровячков. Доктора природы.

2-й класс (68ч.)

Русские народные игры (17ч.)

Жмурки. Горелки. Охотники и зайцы. Ловушки с приседаниями. Волк. Вышибалы. Змейка. Ворота. Капканы. Золотые ворота. Золотые ворота – круговые. Казаки-разбойники. Волк и овцы. Гуси-лебеди. Лошадки. Пирожок. Заря-Зареница. Птицелов.

Подвижные игры (20ч.)

Совушка. Кто быстрее. Конники-спортсмены. Лягушата и цыплята. Карлики и великаны. Эстафета - поезда. Встречная эстафета. Эстафета по кругу. Большая круговая. Скакалка - подсекалка. Под скакалкой на месте. Бегом со скакалкой. Борьба за палку. Выталкивание в приседе. Стой! Мяч – соседу. Гонка мячей по кругу. Кто дальше. Точные броски. Попади в мяч.

Эстафеты (13ч.)

С мячом. Быстрые и ловкие. Веселые старты. Эстафета кружилиха. Ловкие велосипедисты. Успей взять кеглю. Встречная эстафета с обручем и скакалкой. Мяч в кольцо. Бег с тремя мячами. Насильщики. Игольное ушко. Эстафета со скакалкой. Прыжки по полоскам.

Тропа здоровья (18ч.)

Органы пищеварения. Органы дыхания. Органы зрения. Глаз - помощник человека. Охрана здоровья в разные времена года. Опора тела и движение. Скелет и осанка. Органы кровообращения. Сердце. Зубы и уход за ними. Мышцы и их значение. Раста здоровым. Воспитаи себя. Я выбираю движение. Безопасность при любой погоде. Боль. Как отучить себя от вредных привычек. Я здоровье берегу – сам себе я помогу.

3-й класс (68ч.)

Русские народные игры (16ч.)

Ляпка. Филин и пташки. Зайцы в лесу. Дедушка-рожек. Защищай город. Сторож. Встреча. Воробушки и кот. Переселение лягушек. Здравствуй, сосед. Фанты. Колечко. Молчанка. Веребочка. Телефон. Летит - не летит.

Игры народов России (17ч.)

Бурятская народная игра «Ищем палочку». Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой». Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!». Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!». Дагестанские народные игры « Выбей из круга», « Подними платок». Марийская народная игра «Катание мяча». Татарская народная игры «Серый волк». Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки». Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка».

Чечено-ингушская игра «Чиж». Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба». Мордовские народные игры «Котел», «Круговой». Северо-осетинская игры «Борьба за флажки». Чувашская игра «Рыбки». Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз». Удмуртская народная игра «Игра с платочком». Северо-осетинская игра «Метание с плеча и снизу».

Подвижные игры (9ч.)

Прыгуны и ползуны. Перемена мест. Прыгуны и пятнашки. Борьба всадников. Перетягивание через черту. Пионербол. Перестрелка. Дальние броски. Русская лапта.

Эстафеты (16ч.)

Разгрузи машин. Бег в мешках. Прохождение болота. Вызов игроков. Прыгунки. Передай мяч. Бег. Шайбу! Сиамские близнецы. Прокати мяч. Бег по кочкам. Готовимся к походу. Эстафета на природе. Конкурс поваров. Быстрые и ловкие. Веселые старты.

Тропа здоровья (10ч.)

Школа здорового питания. Органы чувств. Органы слуха. Нервная система. Мышцы. Органы дыхания. Путешествие в страну здоровья. Осанка и скелет. Почему вредной привычке мы скажем НЕТ. Я здоровье берегу – сам себе я помогу.

4-й класс (68ч.)

Русские народные игры (16ч.)

Лови и отвечай. Мячик кверху. Коршун. Колечко. Соломинки. Дятел. Солнце и месяц. Горелки. Мостик. Грудка. Волчок. Бирюльки. Перемена мест. Меж двух огней. Прыгни-присядь. Казаки-разбойники.

Игры народов России (7ч.)

Татарские народные игры «Лисичка и курочки», «Угадай и догони». Чувашская народная игра «Летучая мышь». Игры народов Сибири и Дальнего Востока «Смелые ребята», «Рыбка и рыбаки», «Ловкий оленевод». Удмуртская народная игра «Игра с платочком». Башкирская народная игра «Липкие пеньки». Чечено-ингушская игра «Чиж». Дагестанская народная игра «Альчики».

Игры Северного Кавказа (9ч.)

Дагестанские народные игры: «Слепой медведь», «Отгадай», «Цику-ция», «Шапка канатоходца». Кабардино-балкарская народная игра «Повелитель лунки». Чеченская игра «Утушка». Северо-осетинская игра «Метание с плеча и снизу». Осетинские народные игры «Перетягивание», «Слепой медведь», «Здравствуй, догони!». Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой». Дагестанская народная игра «Альчики». Северо-осетинская игра «Метание с плеча и снизу». Чечено-ингушская игра «Чиж».

Подвижные игры (10ч.)

Резиночка. Волк во рву. Цепочка. Поймай лягушку. Тяни вокруг. Не давай мяча водящему! С двумя мячами навстречу. Шагай вперед. Подвижная цель. Охотники и утки.

Эстафеты (10ч.)

Эстафета. Веселое дерево. Сбей кегли. Передай другому. Сомкнутые ноги. Прыжки в мешках. Три ноги. Бумажные шаги. Челночный бег. Возьми последний.

Тропа здоровья (16ч.)

Органы пищеварения. Как и зачем мы дышим. Органы зрения. Органы слуха. Скелет, кости и суставы. Мое сердце. Закаливание организма. Стресс. Злой волшебник – табак. Зависимость. Почему вредной привычке мы скажем НЕТ. Волевое поведение. Злой волшебник – алкоголь. Злой волшебник – наркотик. Наркотик – тренинг безопасного поведения. Я здоровье берегу – сам себе я помогу.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 Класс

ЛИЧНОСТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

Гражданско-патриотического воспитания:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества.

Духовное и нравственное воспитание детей:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

МЕТАПРЕДМЕТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

- планирование общей цели и пути её достижения;

- распределение функций и ролей в совместной деятельности;

- конструктивное разрешение конфликтов;

- осуществление взаимного контроля;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

2. Познавательные УУД:

- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- учиться выполнять различные роли в группе.

ПРЕДМЕТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ освоения, учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

2 класс

ЛИЧНОСТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

Гражданско-патриотического воспитания:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества.

Духовно-нравственного воспитания:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Трудового воспитания:

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность.

МЕТАПРЕДМЕТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

- планирование общей цели и пути её достижения;

- распределение функций и ролей в совместной деятельности;

- конструктивное разрешение конфликтов;

- осуществление взаимного контроля;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения.

2. Познавательные УУД:

- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

- учиться выполнять различные роли в группе.

ПРЕДМЕТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.

3 класс

ЛИЧНОСТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

Гражданско-патриотического воспитания:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Трудовое воспитание:

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Духовно-нравственного воспитания:

- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

Ценности научного познания:

- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости.

МЕТАПРЕДМЕТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- различать способ и результат действия.

2. Познавательные УУД:

- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
 - учиться выполнять различные роли в группе;
 - формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

ПРЕДМЕТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

4 класс

ЛИЧНОСТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ освоения, учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

Гражданско-патриотического воспитания:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества.

Духовно-нравственного воспитания:

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

Духовно-нравственного воспитания:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Трудового воспитания:

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Ценности научного познания:

- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости.

МЕТАПРЕДМЕТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;

- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; - различать способ и результат действия.
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

ПРЕДМЕТНЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ освоения, учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование раздела и темы раздела	Количество часов	Дата изучения	Виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения
1 класс						
1. Русские народные игры.						
	Гуси-лебеди. У медведя во бору. Маша и Яша. Палочка - выручалочка. Классики. Блуждающий мяч. Ловишка в кругу. Пчелки и ласточки. Филин и пташки. Краски. Горелки. Пятнашки. Кот и мышь.	13		- понимать необходимость здорового образа жизни; - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.	http://pedsovet.su/ http://school-collektion.edu.ru http://nachalka.com http://viki.rdf.ru/	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.
2. Подвижные игры.						
	К своим флажкам. Кот идет. Северный и южный ветер. Ловишки с	17		- понимать необходимость здорового образа жизни; - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических	http://school-collektion.edu.ru http://stranamasterov.ru/ http://pedsovet.su	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие.

	<p>приседаниями. Эстафета с обручами. Мы веселые ребята. К своим флажкам! Перебежка в парах. Последний выбывает. Караси и щука. Пустое место. Белые медведи. Эстафета с передачей мяча. Вызов номеров. Салки по кругу. Убегай- догоняй. Команда быстроногих.</p>			<p>действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих</p>	<p>http://nachalka.com http://viki.rdf.ru/</p>	<p>Соревнования.</p>
3. Эстафеты .						
	<p>Переправа с досками. Туннель. Собери урожай. Принеси мяч. Успей перебежать. Линейная эстафета с бегом. Эстафета в несколько этапов. Эстафета «Лягушка». Эстафета «Сороконожка». Эстафета на меткость. Эстафета «Ловкач».</p>	<p>11</p>		<p>-понимать необходимость здорового образа жизни; - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; -осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время</p>	<p>http://stranamasterov.ru/ http://school-collektion.edu.ru</p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>

				<p>подвижных игр; -развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>		
4. Тропа здоровья						
	<p>Вводное занятие. Организм человека и его функции. Органы пищеварения. Питание. Органы дыхания. Нервная система. Зубы и уход за ними. Опора тела и движение. Скелет и осанка. Органы кровообращения. Сердце. Органы чувств. Забота о глазах. Уход за ушами. Мышцы и их значение. Забота о коже. Сон. Питание. Как закаляться. Боль. Безопасность при любой погоде. Расти здоровым. Воспитавай себя. Путешествие в</p>	25		<p>- использовать различные справочные издания для поиска необходимой информации; понимать необходимость здорового образа жизни; - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>	<p>http://nachalka.com http://school-collektion.edu.ru</p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>

	страну Здоровячков. Доктора природы.					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66				
2 класс						
1. Русские народные игры.						
	Жмурки. Горелки. Охотники и зайцы. Ловушки с приседаниями. Волк. Вышибалы. Змейка. Ворота. Капканы. Золотые ворота. Золотые ворота – круговые. Казачьи-разбойники. Волк и овцы. Гуси- лебеди. Лошадки. Пирожок. Заря- Зареница.	17		-понимать необходимость здорового образа жизни; -соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; -моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; -осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.	http://pedsovet.su/ http://school-collektion.edu.ru http://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/ http://viki.rdf.ru/	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.
2. Подвижные игры						
	Совушка. Кто быстрее. Конники-спортсмены. Лягушата и цыплята. Карлики и	20		-понимать необходимость здорового образа жизни; -соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при	http://school-collektion.edu.ru http://stranamasterov.ru/ http://pedsovet.su	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие.

	<p>великаны. Эстафета - поезда. Встречная эстафета. Эстафета по кругу. Большая круговая. Скакалка - подсекалка. Под скакалкой на месте. Бегом со скакалкой. Борьба за палку. Выталкивание в приседе. Стой! Мяч – соседу. Гонка мячей по кругу. Кто дальше. Точные броски. Попади в мяч.</p>			<p>выполнении технических действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; -осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; -проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; -овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>	<p>http://nachalka.com http://viki.rdf.ru/</p>	<p>Соревнования.</p>
3. Эстафеты						
	<p>С мячом. Быстрые и ловкие. Веселые старты. Эстафета кружилиха. Ловкие велосипедисты. Успей взять кеглю. Встречная эстафета с обручем и скакалкой. Мяч в кольцо. Бег с тремя мячами. Насильщики. Игольное ушко. Эстафета со скакалкой. Прыжки по полоскам.</p>	<p>13</p>		<p>- понимать необходимость здорового образа жизни; - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; -моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; -осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества;</p>	<p>http://nachalka.com http://viki.rdf.ru/</p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>

				-овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.		
4. Тропа здоровья						
	<p>Органы пищеварения. Органы дыхания. Органы зрения. Глаз -помощник человека. Охрана здоровья в разные времена года. Опора тела и движение. Скелет и осанка. Органы кровообращения. Сердце. Зубы и уход за ними. Мышцы и их значение. Расти здоровым. Воспитай себя. Я выбираю движение. Безопасность при любой погоде. Боль. Как отучить себя от вредных привычек. Я здоровье берегу – сам себе я помогу.</p>	18		<p>-понимать необходимость здорового образа жизни; -соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; -осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>	<p>http://viki.rdf.ru/ http://school-collektion.edu/ru</p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68				

3 класс

1. Русские народные игры.

	<p>Ляпка. Филин и пташки. Зайцы в лесу. Дедушка-рожок. Защищай город. Сторож. Встреча. Воробушки и кот. Переселение лягушек. Здравствуй, сосед. Фанты. Колечко. Молчанка. Веревочка. Телефон. Летит - не летит.</p>	16		<p>-понимать необходимость здорового образа жизни; - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; -моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; -осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>	<p>http://school-collektion.edu/ru http://stranamasterov.ru/ http://pedsovet.su http://nachalka.com http://viki.rdf.ru/</p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>
--	---	----	--	--	--	---

2. Игры народов России.

	<p>Бурятская народная игра «Ищем палочку». Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой». Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!».</p>	17		<p>- понимать необходимость здорового образа жизни; -соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; -моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; -осваивать</p>	<p>http://nachalka.com http://viki.rdf.ru/</p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>
--	--	----	--	---	---	---

<p>Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!».</p> <p>Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок».</p> <p>Марийская народная игра «Катание мяча».</p> <p>Татарская народная игры «Серый волк». Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки».</p> <p>Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка». Чечено-ингушская игра «Чиж». Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба».</p> <p>Мордовские народные игры «Котел», «Круговой».</p> <p>Северо-осетинская игра «Борьба за флажки».</p> <p>Чувашская игра «Рыбки». Игра</p>			<p>универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. 		
---	--	--	--	--	--

	народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз». Удмуртская народная игра «Игра с платочком». Северо-осетинская игра «Метание с плеча и снизу».					
3. Подвижные игры.						
	Прыгуны и ползуны. Перемена мест. Прыгуны и пятнашки. Борьба всадников. Перетягивание через черту. Пионербол. Перестрелка. Дальние броски. Русская лапта.	9		- понимать необходимость здорового образа жизни; - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; - развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.	http://viki.rdf.ru/ http://school-collektion.edu/ru	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.
4. Эстафеты.						
	Разгрузи машин. Бег в мешках.	16		понимать необходимость здорового образа жизни;	http://school-collektion.edu/ru	Игровое занятие.

	<p>Прохождение болота. Вызов игроков. Прыгунки. Передай мяч. Бег. Шайбу! Сиамские близнецы. Прокати мяч. Бег по кочкам. Готовимся к походу. Эстафета на природе. Конкурс поваров. Быстрые и ловкие. Веселые старты.</p>			<ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; - развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. 	<p>http://nachalo4ka.ru</p>	<p>Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>
5. Тропа здоровья						
	<p>Школа здорового питания. Органы чувств. Органы слуха. Нервная система. Мышцы. Органы дыхания. Путешествие в страну здоровья. Осанка и скелет. Почему вредной привычке мы скажем НЕТ. Я здоровье берегу – сам себе я помогу.</p>	10		<p>понимать необходимость здорового образа жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; - развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. 	<p>http://school-collektion.edu/ru http://stranamasterov.ru/ http://pedsovet.su http://nachalka.com http://viki.rdf.ru/</p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>

				окружающих.		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68					
4 класс						
1. Русские народные игры.						
Лови и отвечай. Мячик кверху. Коршун. Колечко. Соломинки. Дятел. Солнце и месяц. Горелки. Мостик. Грудка. Волчок. Бирюльки. Перемена мест. Меж двух огней. Прыгни-присядь. Казачьи-разбойники.	16			<p>понимать необходимость здорового образа жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила техники безопасности; <p>взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;</p> <ul style="list-style-type: none"> - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; - развивать физические качества; - овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. 	http://school-collektion.edu/ru http://stranamasterov.ru/ http://pedsovet.su http://nachalka.com http://viki.rdf.ru/	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.
2. Игры народов России.						
Татарские народные игры «Лисичка и курочки», «Угадай и догони». Чувашская народная игра	7			<p>понимать необходимость здорового образа жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила техники безопасности; <p>взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;</p>	http://nachalka.com http://viki.rdf.ru/	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.

	<p>«Летучая мышь».</p> <p>Игры народов Сибири и Дальнего Востока «Смелые ребята», «Рыбка и рыбаки», «Ловкий оленевод».</p> <p>Удмуртская народная игра «Игра с платочком».</p> <p>Башкирская народная игра «Липкие пеньки».</p> <p>Чечено-ингушская игра «Чиж».</p> <p>Дагестанская народная игра «Альчики».</p>			<p>-моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;</p> <p>-осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;</p> <p>-проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;</p> <p>-развивать физические качества;</p> <p>-овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>		
<p>3. Игры Северного Кавказа.</p>						
	<p>Дагестанские народные игры: «Слепой медведь», «Отгадай», «Цикуция», «Шапка канатоходца».</p> <p>Кабардино-балкарская народная игра «Повелитель лунки». Чеченская</p>	<p>9</p>		<p>-понимать необходимость здорового образа жизни;</p> <p>-соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;</p> <p>- моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;</p> <p>- осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и</p>	<p>http://viki.rdf.ru/</p> <p>http://school-collektion.edu/ru</p>	<p>Игровое занятие.</p> <p>Коллективное тренировочное занятие.</p> <p>Соревнования.</p>

<p>игра «Утушка». Северо-осетинская игра «Метание с плеча и снизу». Осетинские народные игры «Перетягивание», «Слепой медведь», «Здравствуй, догони!». Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой». Дагестанская народная игра «Альчики». Северо-осетинская игра «Метание с плеча и снизу». Чечено-ингушская игра «Чиж».</p>			<p>игровой деятельности; -проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; -овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>		
4. Подвижные игры.					
<p>Резиночка. Волк во рву.Цепочка. Поймай лягушку. Тяни вокруг. Не давай мяча водящему! С двумя мячами навстречу. Шагай вперед. Подвижная цель. Охотники и утки.</p>	<p>10</p>		<p>-понимать необходимость здорового образа жизни; - соблюдать правила техники безопасности;взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и</p>	<p>http://school-collektion.edu/ru http://nachalka.com</p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>

				<p>игровой деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; -овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. 		
5. Эстафеты.						
	<p>Эстафета. Веселое дерево. Сбей кегли. Передай другому. Сомкнутые ноги. Прыжки в мешках. Три ноги. Бумажные шаги. Челночный бег. Возьми последний.</p>	10		<ul style="list-style-type: none"> -понимать необходимость здорового образа жизни; - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх; -моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; -овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих. 	<p>http://school-collektion.edu/ru http://stranamasterov.ru/ http://pedsovet.su http://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/ http://viki.rdf.ru/</p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>
6. Тропа здоровья.						
	<p>Органы пищеварения. Как и зачем мы дышим. Органы зрения. Органы слуха.</p>	16		<p>понимать необходимость здорового образа жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при 	<p>http://pedsovet.su/ http://school-collektion.edu/ru http://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/</p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие.</p>

	<p>Скелет, кости и суставы. Мое сердце. Закаливание организма. Стресс. Злой волшебник – табак. Зависимость. Почему вредной привычке мы скажем НЕТ. Волевое поведение. Злой волшебник – алкоголь. Злой волшебник – наркотик. Наркотик – тренинг безопасного поведения. Я здоровье берегу – сам себе я помогу.</p>			<p>выполнении технических действий в подвижных играх; - моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач; - осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; - проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр; -развивать физические качества; -овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>	<p>http://viki.rdf.ru/</p>	<p>Соревнования.</p>
<p>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</p>	<p>68</p>					

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448729935

Владелец Татаренко Михаил Михайлович

Действителен с 04.06.2024 по 04.06.2025