

**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-рожок. 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
<b>1 класс</b>						
<b>1. Русские народные игры.</b>						
	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.	<a href="http://pedsovet.su/">http://pedsovet.su/</a> <a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a> <a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a> <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a>	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.
<b>2. Подвижные игры.</b>						
	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	<a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a> <a href="http://stranamasterov.ru/">http://stranamasterov.ru/</a> <a href="http://pedsovet.su">http://pedsovet.su</a>	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><a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a> <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a></p>	<p>Соревнования.</p>
<b>3. Эстафеты .</b>						
	<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><a href="http://stranamasterov.ru/">http://stranamasterov.ru/</a> <a href="http://school-collektion.edu.ru">http://school-collektion.edu.ru</a></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>		
<b>4. Тропа здоровья</b>						
	<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.          Расту здоровым.          Воспитаю 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><a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a>  <a href="http://school-collektion.edu.ru">http://school-collektion.edu.ru</a></p>	<p>Игровое занятие.          Коллективное тренировочное занятие.          Соревнования.</p>

	страну Здоровячков. Доктора природы.					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66				
<b>2 класс</b>						
<b>1. Русские народные игры.</b>						
	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.	<a href="http://pedsovet.su/">http://pedsovet.su/</a> <a href="http://school-collektion.edu.ru">http://school-collektion.edu.ru</a> <a href="http://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/">http://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/</a> <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a>	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.
<b>2. Подвижные игры</b>						
	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	<a href="http://school-collektion.edu.ru">http://school-collektion.edu.ru</a> <a href="http://stranamasterov.ru/">http://stranamasterov.ru/</a> <a href="http://pedsovet.su">http://pedsovet.su</a>	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><a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a>  <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a></p>	<p>Соревнования.</p>
<b>3. Эстафеты</b>						
	<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><a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a>  <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a></p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>

				-овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.		
<b>4. Тропа здоровья</b>						
	<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><a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a>  <a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a></p>	<p>Игровое занятие.  Коллективное тренировочное занятие.  Соревнования.</p>
	<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>	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><a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a>  <a href="http://stranamasterov.ru/">http://stranamasterov.ru/</a>  <a href="http://pedsovet.su">http://pedsovet.su</a>  <a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a>  <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a></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><a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a>  <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a></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"> <li>- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;</li> <li>-развивать физические качества;</li> <li>- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</li> </ul>		
---	--	--	--	--	--

	народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз». Удмуртская народная игра «Игра с платочком». Северо-осетинская игра «Метание с плеча и снизу».					
<b>3. Подвижные игры.</b>						
	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.	<a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a> <a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a>	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.
<b>4. Эстафеты.</b>						
	Разгрузи машин. Бег в мешках.	16		понимать необходимость здорового образа жизни;	<a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a>	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"> <li>- соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;</li> <li>- моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;</li> <li>- осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;</li> <li>- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;</li> <li>- развивать физические качества;</li> <li>- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</li> </ul>	<p><a href="http://nachalo4ka.ru">http://nachalo4ka.ru</a></p>	<p>Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>
<b>5. Тропа здоровья</b>						
	<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"> <li>- соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;</li> <li>- моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;</li> <li>- осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;</li> <li>- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;</li> <li>- развивать физические качества;</li> <li>- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</li> </ul>	<p><a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a> <a href="http://stranamasterov.ru/">http://stranamasterov.ru/</a> <a href="http://pedsovet.su">http://pedsovet.su</a> <a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a> <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a></p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>

				окружающих.		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68					
<b>4 класс</b>						
<b>1. Русские народные игры.</b>						
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"> <li>- соблюдать правила техники безопасности;</li> </ul> <p>взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;</li> <li>- осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;</li> <li>- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;</li> <li>- развивать физические качества;</li> <li>- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</li> </ul>	<a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a> <a href="http://stranamasterov.ru/">http://stranamasterov.ru/</a> <a href="http://pedsovet.su">http://pedsovet.su</a> <a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a> <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a>	Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.
<b>2. Игры народов России.</b>						
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"> <li>- соблюдать правила техники безопасности;</li> </ul> <p>взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;</p>	<a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a> <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a>	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><b>3. Игры Северного Кавказа.</b></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><a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a>  <a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a></p>	<p>Игровое занятие.          Коллективное тренировочное занятие.          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>		
<b>4. Подвижные игры.</b>					
<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><a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a> <a href="http://nachalka.com">http://nachalka.com</a></p>	<p>Игровое занятие. Коллективное тренировочное занятие. Соревнования.</p>

				<p>игровой деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;</li> <li>-развивать физические качества;</li> <li>-овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</li> </ul>		
<b>5. Эстафеты.</b>						
	<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"> <li>-понимать необходимость здорового образа жизни;</li> <li>- соблюдать правила техники безопасности; взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх;</li> <li>-моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач;</li> <li>- осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;</li> <li>- проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр;</li> <li>-развивать физические качества;</li> <li>-овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.</li> </ul>	<p><a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a>  <a href="http://stranamasterov.ru/">http://stranamasterov.ru/</a>  <a href="http://pedsovet.su">http://pedsovet.su</a>  <a href="http://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/">http://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/</a>  <a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a></p>	<p>Игровое занятие.          Коллективное тренировочное занятие.          Соревнования.</p>
<b>6. Тропа здоровья.</b>						
	<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"> <li>- соблюдать правила техники безопасности;</li> <li>взаимодействовать в парах и группах при</li> </ul>	<p><a href="http://pedsovet.su/">http://pedsovet.su/</a>  <a href="http://school-collektion.edu/ru">http://school-collektion.edu/ru</a>  <a href="http://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/">http://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/</a></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><a href="http://viki.rdf.ru/">http://viki.rdf.ru/</a></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