

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
начальная школа – детский сад № 696 Приморского района
Санкт – Петербурга

ПРИНЯТ

Педагогическим советом

решение от 31.08.2017 протокол
№ 1

УТВЕРЖДЕН

Директор ГБОУ № 696
Приморского района Санкт-
Петербурга
приказ от 01.09.17 № 93

Н.П. Давыдова



**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
спортивно – оздоровительное направление
«Подвижные игры»
для учащихся 1-2 класса**

Составитель:
учитель физической культуры
Оснач Юлия Владимировна.

2017 - 2018 г.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
начальная школа – детский сад № 696 Приморского района
Санкт – Петербурга

ПРИНЯТ

Педагогическим советом

решение от _____ протокол
№ ____

УТВЕРЖДЕН

Директор ГБОУ № 696
Приморского района Санкт-
Петербурга

приказ от _____ № _____

_____ (_____)

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
спортивно – оздоровительное направление
«Подвижные игры»
для учащихся 1-2 класса**

Составитель:
учитель физической культуры
Оснач Юлия Владимировна.

2017 - 2018 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Подвижные игры» разработана на основе ФГОС НОО, ФГОС НОО ОВЗ Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура», в соответствии с требованиями и рекомендациями образовательной программы «Школа России».

Программа рассчитана на 203 занятия (по 35 мин.) для обучающихся 1-4 классов:

- 1 класс – 33 часа (1 занятие в неделю);
- 2 класс – 68 часов (2 занятия в неделю);
- 3 класс – 68 часов (2 занятия в неделю);
- 4 класс – 34 часа (1 занятие в неделю).

В 1-4 классах занятия спортивно-оздоровительного направления проводятся во второй половине дня. Занятия проходят по 35 минут.

Цель программы: оптимизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач:**

- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает

возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым — школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, а также дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему для образовательной практики.

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 и др.).

Подвижные игры способствуют объединению коллектива, массовому охвату детей физическими упражнениями, являются замечательным средством всестороннего физического развития.

Программный материал по подвижным играм сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.

Все игры подобраны с учетом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста.

Ценностные ориентиры содержания курса спортивно-оздоровительного направления «Подвижные игры»

Содержание курса спортивно-оздоровительного направления «подвижные игры» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Тематический план
спортивно-оздоровительного направления «Подвижные игры»

№ п/п	Разделы	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения		4 год обучения	
		т	п	т	п	т	п	т	п
1	Игры на взаимодействие между учащимися		12		9		9		4
2	Игры, содействующие развитию двигательных качеств		15		15		15		5
3	Игры с элементами легкой атлетики				19		19		5
4	Игры с элементами спортивных игр								8
5	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	6		5		5		4	
6	Подвижные игры				20		20		8
	Всего часов	33		68		68		34	

Содержание программы спортивно-оздоровительного направления «Подвижные игры»

1 год обучения (33 часа)

Игры на взаимодействие между учащимися - 12 занятий

Цель: воспитание инициативности, смелости, самостоятельности действий, быстроты реакций и ориентировки в пространстве.

В играх на взаимодействие дети приучаются играть дружно, уступать и помогать друг другу. Чувство честности, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярко.

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть! -6 занятий

Цель: повысить заинтересованность в необходимости вести здоровый образ жизни.

В беседах обсуждаются разные способы сохранения своего здоровья.

Игры на развитие двигательных качеств - 15 занятий

Цель: способствовать усилению деятельности костно-мышечной, сердечнососудистой и дыхательной систем через активные двигательные действия.

Подвижные игры закаливают организм, укрепляют нервную систему.

Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны: подражательные, образно-творческие, ритмические.

2-3 года обучения (по 68 часов в учебный год)

1. Игры с элементами легкой атлетики – 19 занятий

Цель: совершенствовать умения в беге на короткие и длинные дистанции, прыжки в длину и высоту с места, метаний в цель и на дальность.

Занимающиеся совершенствуются в беге на короткие и длинные дистанции, прыжках в длину и высоту с места, метаниях в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

2. Подвижные игры – 20 занятий

Цель: развивать двигательные способности и совершенствовать внимание, координацию и творчество.

Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений, развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий.

3. Игры на развитие двигательных качеств - 15 занятий

Цель: способствовать усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем через активные двигательные действия.

Подвижные игры закаливают организм, укрепляют нервную систему. Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны: подражательные, образно-творческие, ритмические.

4. Игры на взаимодействие между учащимися - 9 занятий

Цель: воспитание взаимодействия в коллективе, инициативности, смелости, самостоятельности действий, быстроты реакций и ориентировки в пространстве.

В играх на взаимодействие дети приучаются играть дружно, уступать и помогать друг другу. Чувство честности, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярко.

5. Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть! - 5 занятий

Цель: повысить заинтересованность в необходимости вести здоровый образ жизни.

В беседах обсуждаются разные способы сохранения своего здоровья.

4 год обучения (34 часа)

1. Игры с элементами легкой атлетики – 5 занятий

Цель: совершенствовать умения в беге на короткие и длинные дистанции, прыжки в длину и высоту с места, метаний в цель и на дальность.

Ученики приобретают основы умений бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

2. Подвижные игры – 8 занятий

Цель: развивать двигательные способности и совершенствовать внимание, координацию и творчество.

Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений, развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий.

3. Игры на развитие двигательных качеств - 5 занятий

Цель: способствовать усилению деятельности костно-мышечной, сердечнососудистой и дыхательной систем через активные двигательные действия.

Подвижные игры закаливают организм, укрепляют нервную систему.

Двигательные действия в подвижных играх очень разнообразны: подражательные, образно-творческие, ритмические.

4. Игры на взаимодействие между учащимися - 4 занятия

Цель: воспитание взаимодействия в коллективе, инициативности, смелости, самостоятельности действий, быстроты реакций и ориентировки в пространстве.

В играх на взаимодействие дети приучаются играть дружно, уступать и помогать друг другу. Чувство честности, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярко.

5. Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть! - 4 занятия

Цель: повысить заинтересованность в необходимости вести здоровый образ жизни.

В беседах обсуждаются разные способы сохранения своего здоровья.

6. Игры с элементами спортивных игр - 8 занятий

Цель: повысить заинтересованность в необходимости вести здоровый образ жизни.

В беседах обсуждаются разные способы сохранения своего здоровья.

На 3-4 годах обучения на занятиях подвижные игры проводятся в разных вариациях.

**Тематическое планирование
1 год обучения – 33 часа**

№	дата	тема занятия	кол-во часов	цель занятия	место проведения	оборудование
Игры на взаимодействие между учащимися						
1		Игры «Гном, как тебя зовут», «Водяной»	1	развитие внимания, памяти, развитие воображения, сплоченности коллектива	спортивный зал	
2		Игра «Мы веселые ребята»	1	развитие сплоченности коллектива	зал, площадка	Музыкальное сопровождение
3		Игра «Гуси-лебеди»	1	развивать двигательную активность, умение передавать движение птиц	игровая площадка	
4		Соревнование скороходов	1	развитие внимания, умение правильно выполнять правила игры	спортивный зал	обувные коробки
5		Игра «Волк во рву»	1	совершенствование навыков бега и прыжков в длину	площадка	мел
6		Игра «К своим флажкам», «Быстро по местам»	1	развитие ориентировки, сообразительности	площадка	флажки
7-8		Эстафеты с мячами, гимнастическими обручами	2	развивать умение вести мяч, передавать его другому игроку	игровая площадка	Мячи, гимнастические обручи
9-10		Игры «Птицы и клетка», «Птенчики в гнезде»	2	совершенствование быстроты реакции, развивается музыкальный слух, ритмичность движений	спортивный зал	Музыкальное сопровождение
11-12		Игры «Угадай, кто ушел?», «Кто тебя позвал?», «Что изменилось?», «Светофор»	2	развивать зрительный и слуховой анализаторы, наблюдательность, внимательность	спортивный зал	
Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!						
13		Кладовая здоровья: полезные продукты. Игра	1	развивать наблюдательность, внимательность	спортивный зал	Наглядные пособия, пазлы

		«Собери урожай»				
14		Скелет и наши друзья мышцы. Игра «Назови части тела»	1	проинформировать учащихся о строении организма человека	спортивный зал	наглядные пособия
15		В здоровом теле – здоровый дух. Игра «Здоровичек»	1	сформировать знания о здоровом организме	спортивный зал	наглядные пособия
16		Закаливание организма. Игра «Горячо-холодно»	1	проинформировать учащихся о принципах закаливания	спортивный зал	наглядные пособия
17		Режим дня и гигиена. Игра «День – ночь»	1	проинформировать учащихся о пользе соблюдения режима дня	спортивный зал	наглядные пособия
18		Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! Игра «Пальчиковая гимнастика»	1	сформировать у учащихся потребность ведения здорового образа жизни	спортивный зал	наглядные пособия
Игры на развитие двигательных качеств						
19		Игры «Удочка», «Мяч ловцу»	1	развивать быстроту реакции и ловкость	спортивный зал	Мячи, веревка
20		Эстафета зверей	1	развивать двигательную активность, умение передавать движения животных	игровая площадка	
21		Игры «Подвижная цель», «Попади в мяч», «Вышибало»	1	развивать глазомер, упражнять в метании	спортивный зал	Мячи разных размеров
22		Игры «Охотники и утки», «Бездомный заяц»	1	закрепление навыков ловли и метания малого мяча, воспитание быстроты реакции, ориентировки, умения быстро переключаться с одного действия на другое	спортивный зал	малый мяч, гимнастические обручи
23		Игры «Веселые музыканты», «Прыгающие воробушки»	1	развивать чувство ритма, умение согласовывать движения со словами	спортивный зал	Музыкальное сопровождение
24		Игры «Совушка»,	1	развивать умение передавать движения животных,	игровая площадка	Кубики желтого,

		«Светофор»		внимание		красного, зеленого цвета
25-26		Игры по выбору учащихся	2	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору
27		Эстафета со скакалками	1	Развивать умение выполнять упражнение со скакалками	спортивный зал	скакалки
28		Игра «Паровозик»	1	совершенствование навыков бега, умение играть группой	игровая площадка	
29		Эстафета «Кенгуру»	1	совершенствование навыков бега и прыжков в длину	спортивный зал	Картонные коробки
30		Игры «Охотники и утки», «Волк во рву»	1	совершенствование быстроты реакции, ловкость	спортивный зал	мяч
31		Игры «Светофор», «День-ночь»	1	развивать способность концентрировать внимание на определенном сигнале	спортивный зал, площадка	Кубики желтого, красного, зеленого цвета
32-33		Игры по выбору учащихся	2	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору

2 год обучения – 68 часа

№	дата	тема занятия	кол-во часов	цель занятия	место проведения	оборудование
Игры на взаимодействие между учащимися						
1		Игры «Гном, как тебя зовут», «Водяной»	1	развитие воображения, сплоченности коллектива	спортивный зал	Платок
2		Игры «Змея», «Водяной»	1	развитие воображения, внимания, сплоченности коллектива	спортивный зал	Платок
3		Игра «Чай-чай выручай»	1	развитие быстроты и ловкости, формирование чувства коллективизма	площадка	
4		Игра «Вызов номеров», «Вышибало»	1	воспитание быстроты реакции, скорости бега, смелости и взаимовыручки	спортивный зал	Мяч
5-6		Игры «Гонка мячей по кругу», «Бездомный заяц», «Кто ушел?»	2	совершенствование навыков ловли и передачи мяча, развитие быстроты реакции и ориентировки	спортивный зал	Мячи, гимнастические обручи
7		Игры «Что изменилось?», «Угадай, чей голосок?», «Змея»	1	развитие внимания, выдержки, формирование чувства коллективизма	спортивный зал	
8-9		Игры по выбору учащихся	2	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору
Игры с элементами легкой атлетики						
10		Игры «День и ночь», «Третий лишний»	1	развитие воображения, скорости бега	спортивный зал	
11-12		Игры «Гонка мячей по кругу», «Вызов номеров»	2	воспитание быстроты реакции, скорости бега, смелости и взаимовыручки		Мячи, кубики
13		Игра «Караси и щука»	1	воспитание быстроты, ловкости	спортивный зал	
14		Игра с обучением прыжкам в высоту «Достань»	1	усвоение ритма выполнения последних трех шагов разбега при прыжке в высоту и отталкивании	спортивный зал	Подвесной мячик

		мячик»				
15		Игры с прыжками в длину: «Кенгуру», «Пингвины»	1	развивать навык прыжков на одной и двух ногах	площадка	Мел
16-17		Игры «Кольцеброс», «Охотники и утки»	2	упражнять в метании колец, развивать ловкость, глазомер	спортивный зал	Мяч, кольцобросс
18-19		Игры «Подвижная цель», «К своим флажкам»	2	упражнять в беге, координации	спортивный зал	Флажки, мячи
20		Игра «Лиса и гуси»	1	развивать внимание и быстроту реакции на сигнал	спортивный зал	
21		Игры с прыжками в длину: «Кенгуру», «Пингвины»	1	развивать навык прыжков на одной и двух ногах	площадка	Мел
22		Игры «День и ночь», «Третий лишний»	1	развитие воображения, скорости бега	спортивный зал	
23-24		«Осенний марафон»	2	формирование ЗОЖ через активное участие в соревнованиях	площадка	Эстафетные палочки, мячи, гимнастические обручи
25		Игры «Охотники и утки», «Что изменилось?»	1	развивать меткость, внимание	спортивный зал	Мяч
26		Игра по станциям	1	развивать скоростно-силовые способности, выносливость	спортивный зал	Гимнастические скамейки, обручи, мячи
27-28		Игры по выбору учащихся	2	развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору
Подвижные игры						
29		Игры и эстафеты с мячами	1	развивать умение быстро бегать, передавать мячи, взаимодействовать в игре	спортивный зал	Мячи разных размеров
30		Броски мяча в корзину	1	развитие меткости	спортивный зал	Мячи
31		Игра «Боулинг»	1	развитие меткости, внимания	спортивный зал	Кегли, мячи

32		Игра «Посади картошку»	1	развивать быстроту реакции	спортивный зал	Мячи, ведерки, обручи
33-34		Подвижные игры с прыжками через скакалку: «Веревка», «Конюхи и лошади»	2	развивать умение прыгать через скакалку	площадка	Скакалки
35		Игра «Веселые пингвинята»	1	развивать умение быстро передвигаться с мячом	спортивный зал	Мячи-мякиши
36		Игра «Солнышко»	1	развивать умение высказывать свое мнение, уважать чужое мнение	площадка	Обручи и гимнастические палки
37		Игровые задания «Кошечка», «Красивая спина»	1	формировать правильную осанку, умение ходить с сохранением осанки	спортивный зал	музыкальное сопровождение
38		Игра «Дружные ребята»	1	развивать координацию	спортивный зал	Гимнастическая скамейка, кегли разного цвета, мячи
39-40		Игра "Непоседы"	2	развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству (разучивание комплекса составленного совместно с детьми)	спортивный зал	музыкальное сопровождение
41		Игра «Боулинг»	1	развитие меткости, внимания	спортивный зал	Кегли, мячи
42		Игра «Шишки, желуди, орехи»	1	развивать быстроту реакции на сигнал	спортивный зал	Обручи
43		Игры «Увернись от мяча», «Бездомный заяц»	1	развивать ловкость, наблюдательность	спортивный зал	Мячи, обручи
44-45		Эстафеты: «К своим флажкам», «Ручеек», «Гонка мячей»	2	развивать глазомер, выдержку, скоростные способности	площадка	Флажки, мячи
46-48		Игры по выбору учащихся	3	развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!						
49		Кладовая здоровья: полезные продукты. Игра «Собери урожай», «Найди вредный продукт»	1	проинформировать учащихся о здоровом питании	спортивный зал	Наглядные пособия, пазлы
50		Скелет и наши друзья мышцы. Игра «Назови части тела»	1	проинформировать учащихся о строении организма человека	спортивный зал	наглядные пособия
51		В здоровом теле – здоровый дух. Закаливание организма. Игры «Здоровичек», "Горячо-холодно"	1	проинформировать учащихся о принципах закаливания	спортивный зал	наглядные пособия
52		Режим дня и гигиена. Игра «День – ночь»	1	проинформировать учащихся о пользе соблюдения режима дня	спортивный зал	наглядные пособия
53		Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! Игра «Пальчиковая гимнастика»	1	сформировать у учащихся потребность ведения здорового образа жизни	спортивный зал	наглядные пособия
Игры на развитие двигательных качеств						
54		игры "Рыбаки и рыбки", "Мяч среднему"	1	развивать ловкость и глазомер	спортивный зал	веревочка и мяч
55-56		Игры "Салки", "Найди пустое место", догонялки в командах	2	развивать быстроту и реакцию на сигнал	площадка	мяч-мякиш, гимнастические обручи
57-58		игры "Поймай палку", "Пингвины", "Кошки-мышки", "Охота	2	развивать координацию и внимание	спортивный зал	мяч-мякиш, гимнастическая палка, детская обувь

		на ботинки"				
59-60		игры с воздушными шарами	2	развивать координацию, ловкость и глазомер	спортивный зал	воздушные шарики разных цветов, ограничительные стойки
61		Игры "Челнок", "Шишки, желуди, орешки"	1	развивать выносливость	спортивный зал	гимнастические обручи
62-63		командные соревнования по изученным играм	2	развивать выносливость, скорость, выдержку	спортивный зал	мячи, гимнастические палки, обручи, гимнастические скамейки
64-65		Игры "Бездомный заяц", "Пингвины", "Кошки-мышки"	2	совершенствовать ловкость, быстроту реакции на сигнал	площадка	гимнастические обручи
66		Игры "Кольцеброс", "Совушка"	1	упражнять в метание колец, развивать глазомер	спортивный зал	набор кольцебросса
67-68		Игры по выбору учащихся	2	развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору

3 год обучения – 68 часа

(игры проводятся по усложненным правилам и в разных вариантах)

№	дата	тема занятия	кол-во часов	цель занятия	место проведения	оборудование
Игры на взаимодействие между учащимися						
1		Игры «Гном, как тебя зовут», «Водяной»	1	развитие воображения, сплоченности коллектива	спортивный зал	Платок
2		Игры «Змея», «Водяной»	1	развитие воображения, внимания, сплоченности коллектива	спортивный зал	Платок
3		Игра «Чай-чай выручай»	1	развитие быстроты и ловкости, формирование чувства коллективизма	площадка	
4		Игра «Вызов номеров», «Вышибало»	1	воспитание быстроты реакции, скорости бега, смелости и взаимовыручки	спортивный зал	Мяч
5-6		Игры «Гонка мячей по кругу», «Бездомный заяц», «Кто ушел?»	2	совершенствование навыков ловли и передачи мяча, развитие быстроты реакции и ориентировки	спортивный зал	Мячи, гимнастические обручи
7		Игры «Что изменилось?», «Угадай, чей голосок?», «Змея»	1	развитие внимания, выдержки, формирование чувства коллективизма	спортивный зал	
8-9		Игры по выбору учащихся	2	Развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору
Игры с элементами легкой атлетики						
10		Игры «День и ночь», «Третий лишний»	1	развитие воображения, скорости бега	спортивный зал	
11-12		Игры «Гонка мячей по кругу», «Вызов номеров»	2	воспитание быстроты реакции, скорости бега, смелости и взаимовыручки		Мячи, кубики
13		Игра «Караси и щука»	1	воспитание быстроты, ловкости	спортивный зал	

14		Игра с обучением прыжкам в высоту «Достань мячик»	1	усвоение ритма выполнения последних трех шагов разбега при прыжке в высоту и отталкивании	спортивный зал	Подвесной мячик
15		Игры с прыжками в длину: «Кенгуру», «Пингвины»	1	развивать навык прыжков на одной и двух ногах	площадка	Мел
16-17		Игры «Кольцеброс», «Охотники и утки»	2	упражнять в метании колец, развивать ловкость, глазомер	спортивный зал	Мяч, кольцоброс
18-19		Игры «Подвижная цель», «К своим флажкам»	2	упражнять в беге, координации	спортивный зал	Флажки, мячи
20		Игра «Лиса и гуси»	1	развивать внимание и быстроту реакции на сигнал	спортивный зал	
21		Игры с прыжками в длину: «Кенгуру», «Пингвины»	1	развивать навык прыжков на одной и двух ногах	площадка	Мел
22		Игры «День и ночь», «Третий лишний»	1	развитие воображения, скорости бега	спортивный зал	
23-24		«Осенний марафон»	2	формирование ЗОЖ через активное участие в соревнованиях	площадка	Эстафетные палочки, мячи, гимнастические обручи
25		Игры «Охотники и утки», «Что изменилось?»	1	развивать меткость, внимание	спортивный зал	Мяч
26		Игра по станциям	1	развивать скоростно-силовые способности, выносливость	спортивный зал	Гимнастические скамейки, обручи, мячи
27-28		Игры по выбору учащихся	2	развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору
Подвижные игры						
29		Игры и эстафеты с мячами	1	развивать умение быстро бегать, передавать мячи, взаимодействовать в игре	спортивный зал	Мячи разных размеров

30		Броски мяча в корзину. Игры "Ловкий хоккеист"	1	развитие координации, меткости	спортивный зал	Клюшки, шайба
31		Игра «Боулинг»	1	развитие меткости, внимания	спортивный зал	Кегли, мячи
32		Игра «Лыжник», игровое задание "Одень лыжника"	1	развивать координацию, внимание	спортивный зал	Мячи, ведерки, обручи
33-34		Подвижные игры с прыжками через скакалку: «Веревка», «Конюхи и лошади»	2	развивать умение прыгать через скакалку	площадка	Скакалки
35		Игра «Веселые пингвинята»	1	развивать умение быстро передвигаться с мячом	спортивный зал	Мячи-мякиши
36		Игра «Солнышко»	1	развивать умение высказывать свое мнение, уважать чужое мнение	площадка	Обручи и гимнастические палки
37		Игровые задания «Кошечка», «Красивая спина»	1	формировать правильную осанку, умение ходить с сохранением осанки	спортивный зал	музыкальное сопровождение
38		Игра «Дружные ребята»	1	развивать координацию	спортивный зал	Гимнастическая скамейка, кегли разного цвета, мячи
39-40		Игра "Непоседы"	2	развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству (разучивание комплекса составленного совместно с детьми)	спортивный зал	музыкальное сопровождение
41		Игра «Боулинг»	1	развитие меткости, внимания	спортивный зал	Кегли, мячи
42		Игра «Шишки, желуди, орехи»	1	развивать быстроту реакции на сигнал	спортивный зал	Обручи
43		Игры «Увернись от мяча», «Бездомный заяц»	1	развивать ловкость, наблюдательность	спортивный зал	Мячи, обручи

44-45		Эстафеты: «К своим флажкам», «Ручеек», «Гонка мячей»	2	развивать глазомер, выдержку, скоростные способности	площадка	Флажки, мячи
46-48		Игры по выбору учащихся	3	развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору
Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!						
49		Кладовая здоровья: полезные продукты. Игра «Собери урожай», «Найди вредный продукт»	1	проинформировать учащихся о здоровом питании	спортивный зал	Наглядные пособия, пазлы
50		Скелет и наши друзья мышцы. Игра «Назови части тела»	1	проинформировать учащихся о строении организма человека	спортивный зал	наглядные пособия
51		В здоровом теле – здоровый дух. Закаливание организма. Игры «Здоровичек», "Горячо-холодно"	1	проинформировать учащихся о принципах закаливания	спортивный зал	наглядные пособия
52		Режим дня и гигиена. Игра «День – ночь»	1	проинформировать учащихся о пользе соблюдения режима дня	спортивный зал	наглядные пособия
53		Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! Игра «Пальчиковая гимнастика»	1	сформировать у учащихся потребность ведения здорового образа жизни	спортивный зал	наглядные пособия
Игры на развитие двигательных качеств						
54		Игры "Рыбаки и рыбки", "Мяч среднему"	1	развивать ловкость и глазомер	спортивный зал	веревочка и мяч

55-56		Игры "Салки", "Найди пустое место", догонялки в командах	2	развивать быстроту и реакцию на сигнал	площадка	мяч-мякиш, гимнастические обручи
57-58		игры "Поймай палку", "Пингвины", "Кошки-мышки", "Охота на ботинки"	2	развивать координацию и внимание	спортивный зал	мяч-мякиш, гимнастическая палка, детская обувь
59-60		игры с воздушными шарами	2	развивать координацию, ловкость и глазомер	спортивный зал	воздушные шарики разных цветов, ограничительные стойки
61		Игры "Челнок", "Шишки, желуди, орешки"	1	развивать выносливость	спортивный зал	гимнастические обручи
62-63		командные соревнования по изученным играм	2	развивать выносливость, скорость, выдержку	спортивный зал	мячи, гимнастические палки, обручи, гимнастические скамейки
64-65		Игры "Бездомный заяц", "Пингвины", "Кошки-мышки"	2	совершенствовать ловкость, быстроту реакции на сигнал	площадка	гимнастические обручи
66		Игры "Кольцеброс", "Совушка"	1	упражнять в метание колец, развивать глазомер	спортивный зал	набор кольцебросса
67-68		Игры по выбору учащихся	2	развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору

4 год обучения – 34 часа

№	дата	тема занятия	кол-во часов	цель занятия	место проведения	оборудование
Игры на взаимодействие между учащимися						
1		Игры «Змея», «Водяной»	1	развитие воображения, внимания, сплоченности коллектива	спортивный зал	Платок
2		Игра «Чай-чай выручай»	1	развитие быстроты и ловкости, формирование чувства коллективизма	площадка	
3		Игра «Вызов номеров», «Вышибало»	1	воспитание быстроты реакции, скорости бега, смелости и взаимовыручки	спортивный зал	Мяч
4		Игры «Что изменилось?», «Угадай, чей голосок?», «Змея»	1	развитие внимания, выдержки, формирование чувства коллективизма	спортивный зал	
Игры с элементами легкой атлетики						
5		Игра с обучением прыжкам в высоту «Достань мячик»	1	усвоение ритма выполнения последних трех шагов разбега при прыжке в высоту и отталкивании	спортивный зал	Подвесной мячик
6		Игры с прыжками в длину: «Кенгуру», «Пингвины»	1	развивать навык прыжков на одной и двух ногах	площадка	Мел
7		Игры «Кольцеброс», «Охотники и утки»	1	упражнять в метании колец, развивать ловкость, глазомер	спортивный зал	Мяч, кольцеброс
8		«Малая олимпиада»	1	формирование ЗОЖ через активное участие в соревнованиях	площадка	Эстафетные палочки, мячи, гимнастические обручи
9		Игры по выбору учащихся	1	развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору

Подвижные игры						
10		Игры и эстафеты с мячами	1	развивать умение быстро бегать, передавать мячи, взаимодействовать в игре	спортивный зал	Мячи разных размеров
11		Броски мяча в корзину	1	развитие меткости	спортивный зал	Мячи
12		Игра «Боулинг»	1	развитие меткости, внимания	спортивный зал	Кегли, мячи
13		Игра «Посади картошку»	1	развивать быстроту реакции	спортивный зал	Мячи, ведерки, обручи
14		Подвижные игры с прыжками через скакалку: «Веревка», «Конюхи и лошади»	2	развивать умение прыгать через скакалку	площадка	Скакалки
15		Игровые задания «Кошечка», «Красивая спина»	1	формировать правильную осанку, умение ходить с сохранением осанки	спортивный зал	музыкальное сопровождение
16		Игра «Дружные ребята»	1	развивать координацию	спортивный зал	Гимнастическая скамейка, кегли разного цвета, мячи
17		Игры "Ручеек", "Гонка мячей", "Третий лишний"	1	развивать внимание, скорость реакции, быстроту	спортивный зал	музыкальное сопровождение
Игры с элементами спортивных игр						
18-19		Игра «Пионербол»	2	развивать быстроту реакции, умение ловить и бросать мяч	спортивный зал	волейбольные мячи
20-21		Игра «Мини-баскетбол»	2	развивать ловкость, координацию, выносливость	спортивный зал	баскетбольные мячи
22-23		Игра "Пионербол"	2	развивать быстроту реакции, умение ловить и бросать мяч	спортивный зал	Волейбольные мячи
24-25		Игра «Мини-баскетбол		развивать ловкость, координацию, выносливость	спортивный зал	баскетбольные мячи

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

26		Кладовая здоровья: полезные продукты. Игра «Собери урожай», «Найди вредный продукт»	1	закрепить знания о здоровом питании, сформировать потребность в "здоровой еде"	спортивный зал	Наглядные пособия, пазлы
27		В здоровом теле – здоровый дух. Игра «Здоровый и больной»	1	закрепить знания учащихся о понятии "здоровый организм"	спортивный зал	наглядные пособия
28		Режим дня и гигиена. Игра «День – ночь»	1	закрепить знания учащихся о пользе соблюдения режима дня	спортивный зал	наглядные пособия
29		Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! Игра «Пальчиковая гимнастика»	1	сформировать у учащихся потребность ведения здорового образа жизни	спортивный зал	наглядные пособия

Игры на развитие двигательных качеств

30		Игры "Рыбаки и рыбки", "Мяч среднему"	1	развивать ловкость и глазомер	спортивный зал	веревочка и мяч
31		Игры "Салки", "Найди пустое место"	1	развивать быстроту и реакцию на сигнал	площадка	мяч-мякиш, гимнастические обручи
32		Игры "Бездомный заяц", "Пингвины", "Кошки-мышки"	1	совершенствовать ловкость, быстроту реакции на сигнал	площадка	гимнастические обручи
33		Игры "Кольцеброс", "Совушка"	1	упражнять в метание колец, развивать глазомер	спортивный зал	набор кольцебросса
34		Игры по выбору учащихся	1	развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству	спортивный зал	по выбору

Планируемые результаты

Внеурочной деятельности спортивно – оздоровительного направления
«Подвижные игры»

К концу 1 года обучения:

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none">• договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр;• формирование представлений об этических идеалах и ценностях;• отбирать и выполнять комплексы упражнений в соответствии с изученными правилами.	<ul style="list-style-type: none">• Соблюдать санитарно-гигиенические правила, режим дня;• Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения	<ul style="list-style-type: none">• Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;• Знать различные виды игр;• Выполнять правила игры.

К концу 2 года обучения:

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none">• определять уровень развития физических качеств;• договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр, учитывая разные точки зрения;• проявлять инициативу в выборе и проведение подвижных игр.	<ul style="list-style-type: none">• Управлять своими эмоциями;• Взаимодействовать с коллективом, находить компромисс, слушать и понимать других;• Раскрывать на примерах личностного опыта положительного влияния подвижных игр на физическое, личностное, социальное развитие.	<ul style="list-style-type: none">• Выполнять комплексы физических упражнений для формирования правильной осанки;• организовывать и проводить самостоятельные формы занятий;• Соблюдать режим дня и правила личной гигиены.

К концу 3 года обучения:

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none"> • вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений; • проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных игровых ситуациях; • взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий подвижными играми; 	<ul style="list-style-type: none"> • самоконтроль за физическим состоянием; • Управлять своими эмоциями; 	<ul style="list-style-type: none"> • Знать о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных; • Владеть различными формами игровой деятельности.

К концу 4 года обучения:

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none"> • Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; • Готовность к преодолению трудностей; • Целеустремленность и настойчивость в достижении целей, жизненного оптимизма; • Ориентация на понимание причин успеха во внеурочной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> • Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; • Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения • Оказание моральной поддержки сверстникам во время соревнований. 	<ul style="list-style-type: none"> • выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации; • играть по упрощенным правилам спортивные игры; • самостоятельно организовывать и проводить спортивные соревнования; • планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга.

Материально – техническое обеспечение

Спортивный инвентарь:

- мячи разных размеров
- кегли
- обручи
- скакалки
- набивные мячи
- набор кольцебросса
- мяч-мякиш
- веревочка
- кубики желтого, красного, зеленого цвета

Учебно-методическое обеспечение и материально - техническое обеспечение.

1. Стандарты второго поколения Примерная программа по учебным предметам часть 2, Москва, «Просвещение», 2010
2. В.И.Лях. Комплексная программа физического воспитания 1 – 4 классы Москва, «Просвещение», 2014.
4. А. Ю. Патрекеев. Подвижные игры, - издательство «ВАКО», 2012
5. И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова. Здоровьесберегающие технологии, Москва, Илекса, 2010.
6. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: пособие для учителя. /Под ред. А.М. Шлемина. - М.: Изд-во "Просвещение", 2011.

Учебно – практическое оборудование:

стенка гимнастическая,

скамейка гимнастическая,

комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты),

мячи: набивной 1 и 2 кг, мяч малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные,

палка гимнастическая,

скакалка детская,

мат гимнастический,

коврики: гимнастические, массажные,

кегли,

обруч пластиковый детский,

флажки: разметочные с опорой, стартовые,

лента финишная.