

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Тольятти «Школа №34»

Рассмотрено
на заседании методического
объединения классных
руководителей
Протокол № 1 от 29.08.2025 г.

Принято
на педагогическом совете
Протокол №1 от 29.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБУ "Школа № 34"
Стегачева А.Е.
Приказ № 408 – од от 29.08.2025 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности

Мир подвижных игр

2 – 4 класс

Направление: спортивно – оздоровительная деятельность

Срок реализации программы: 3 года

Составитель учитель физической культуры: Китова Т.Ю.

Рабочая программа по учебному курсу внеурочной деятельности «Мир подвижных игр», 1-4 классы составлена в соответствии федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО), авторской программы В.И. Ляха по учебному курсу «Физическая культура» (1-4 классы, образовательная система «Школа России»), учебника «Физическая культура», 1-4 классы, В.И.Лях, -АО «Издательство «Просвещение»

Курс реализуется во 2 -4 классах, общий объем часов – 34 ч, периодичность проведения занятия 1 ч в неделю.

1. Содержание курса внеурочной деятельности

2 КЛАСС

I. Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

III. Игры

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (14ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (7ч)

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.

2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты.

Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

Народные игры (6ч)

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Куропатки и охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище», «Волк и олени», «Тройной прыжок», «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».

Зимние забавы (4ч)

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Соревнования (3ч)

Эстафеты

3 КЛАСС

I. Основы знаний о подвижных играх (включаются во все занятия). Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия). Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта

III. Игры

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место»; «Белые медведи»; «Космонавты»; «Невод»; «Третий лишний»; «Перемена мест»; «Третий лишний»; «Вызов номеров»; «Салки с ленточками»; «Заяц без места»; «Кто обгонит»; Эстафеты.

2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам». «Волк во рву». «Удочка» «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (10ч)

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.
2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», " «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», эстафеты с мячом.

Народные игры (6ч)

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок», «Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

Зимние забавы (4ч)

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты.

Соревнования (3ч)

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

4 КЛАСС

I. Основы знаний о подвижных играх (включаются во все занятия).

Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Разбор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

II. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта

III. Игры

Подвижные игры с элементами легкой атлетики (11ч)

1. Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», «Невод», «Третий лишний», «Перемена мест», «Третий лишний», «Вызов номеров», «Салки с ленточками», «Заяц без места», «Кто обгонит», эстафеты.
2. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно- силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка», «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.
3. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Подвижные игры с элементами спортивных игр (10ч)

1. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.
2. Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе. Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», " «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», Эстафеты с мячом.

Народные игры (6ч)

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки». Хантыйские народные

игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера»,

«Стрелок», «Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

Зимние забавы (4ч)

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комов». Эстафеты.

Соревнования (3ч)

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

У учеников будут сформированы:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
- понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- 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:

Обучающийся научится:

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- планировать цели и пути их достижения;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- 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;

Познавательные УУД:

Обучающийся научится:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, свой жизненный опыт;
- осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

Коммуникативные УУД:

Обучающийся научится:

- овладение диалогической формой речи, умением вступать в речевое общение при взаимодействии со сверстниками;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- умение высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- умение совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- умение формулировать собственное мнение и позицию.

Предметные результаты

Освоение учащимися содержания курса 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;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

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

- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;

- умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности обучающиеся к окончанию начальной школы **должны:**

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

- о режиме дня и личной гигиене;

- о способах изменения направления и скорости движения;

- об играх разных народов;

- о разновидности подвижных игр;

- о соблюдении правил подвижных игр

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;

- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;

- играть в подвижные и спортивные игры;

- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;

- выполнять строевые упражнения;

- соблюдать правила подвижных игр.

Ожидаемые результаты:

- высокий уровень мотивации здорового образа жизни;
- укрепление здоровья и повышение физической подготовленности и выносливости;
- формирование двигательных действий с мячом;
- соблюдение дисциплины, правил безопасного поведения в местах проведения спортивных игр и занятий спортом,
- самостоятельная организация и проведение подвижных и спортивных игр в малых группах сверстников;
- соблюдение норм общения и взаимодействия с одноклассниками и сверстниками в процессе подвижных игр и занятий спортом;
- владение двигательными действиями, составляющими содержание подвижных игр – проявление самостоятельности в принятии адекватных решений в условиях игровой деятельности.

3. Тематическое планирование

2 класс

№ п/п	Темы занятий	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Электронные (цифровые) ресурсы
1	Подвижная игра «Кто дальше бросит»	1	1	0	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
2	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
3	Подвижные игры «Лиса и куры», Прыжки по полосам».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
4	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
5	Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
6	Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
7	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
8	Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда»	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
9	Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
10	Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
11	Подвижная игра «Кошки- мышки».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
12	Эстафеты.	1	1	0	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library
13	Подвижные игры «Прыгающие	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library

	воробушки», «Зайцы в огороде».				
14	Подвижная игра «С кочки на кочку», эстафеты с прыжками.	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
15	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
16	Подвижные игры «Не пропусти шайбу», Метко в цель».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
17	Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники»	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
18	Подвижные игры «Гонки снежных комков», эстафеты.	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
19	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
20	Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
21	Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
22	Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
23	Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
24	Подвижные игры «Перетягивание палки Талтыух», «Стрелок».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
25	Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
26	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
27	Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки».	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
28	Удар по неподвижному и катящемуся мячу.	1	1	0	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol
29	Ведение и остановка мяча.	1	0	1	http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ http://nsportal.ru/shkol

30	Подвижная игра «У кого меньше мячей»	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
31	Соревнование по подвижной игре «Снайпер»	1	0	1	a/fizkultura-i- sport/library
32	Эстафеты с мячами	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
33	Встречные эстафеты	1	0	1	a/fizkultura-i- sport/library
34	Комбинированные эстафеты	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
	Итого	34	3	31	

3 класс

№ п/п	Темы занятий	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Электронные (цифровые) ресурсы
1	Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи».	1	1	0	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
2	Подвижные игры «Космонавты», «Невод».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
3	Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
4	Подвижная игра «Вызов номеров»	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
5	Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
6	Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
7	Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
8	Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку»	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
9	Эстафеты с прыжками.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
10	Подвижная игра «Кто дальше бросит»	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/

					http://nsportal.ru/shkol
11	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
12	Подвижные игры «Колечко», «Ручеек».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
13	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
14	Подвижные игры «Чехарда» «Кошки-мышки».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
15	Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
16	Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз»	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
17	Подвижные игры «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки»	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
18	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
19	Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
20	Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
21	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
22	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
23	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
24	Броски в цель.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
25	Подбрасывание и подача мяча.	1	1	0	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
26	Прием и передача мяча в волейболе.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
27	Удары и остановка мяча ногой.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
28	Выполнение ударов на точность в	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/

	ворота, партнеру.				http://nsportal.ru/shkol
29	Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени»	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
30	Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
31	Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
32	Соревнование по дартсу	1	1	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
33	Соревнование по подвижной игре «Пионербол»	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
34	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
	Итого	34	3	31	

4 класс

№ п/п	Темы занятий	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Электронные (цифровые) ресурсы
1	Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
2	Подвижные игры «Космонавты», «Невод».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
3	Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
4	Подвижная игра «Вызов номеров».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
5	Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
6	Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
7	Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
8	Подвижные игры «Удочка», «С кочки на	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/

	кочку».				http://nsportal.ru/shkol
9	Эстафеты с прыжками.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
10	Подвижная игра «Кто дальше бросит».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
11	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
12	Подвижные игры «Колечко», «Ручеек».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
13	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
14	Подвижные игры «Чехарда» «Кошки- мышки».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
15	Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
16	Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
17	Подвижные игры «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
18	Подвижные игры «Быстрыйлыжник», «Не пропусти шайбу».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
19	Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
20	Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист».	1	1	0	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
21	Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
22	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol

23	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
24	Броски в цель.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
25	Подбрасывание и подача мяча.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
26	Прием и передача мяча в волейболе.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
27	Удары и остановка мяча ногой.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
28	Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
29	Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
30	Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
31	Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
32	Соревнование по дартсу.	1	1	0	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
33	Соревнование по подвижной игре «Пионербол».	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
34	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом.	1	0	1	http://spo.1septembe r.ru/ http://zdd.1september.r u/ http://nsportal.ru/shkol
	Итого	34	3	31	