

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

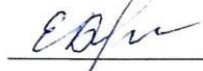
Министерство образования Новосибирской области

**МКУ "Управление образованием Баганского района" Новосибирской
области**

МБОУ Вознесенская СОШ имени Л. Чекмарёва

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Бештенова Е.В.
от 31.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

 Черкасова А.Ж.
Приказ № 102-ОД от
31.08.2024 г.


Рабочая программа

по физической культуре «подвижные игры народов Сибири 1 класс»,
«подвижные игры 2 класс», «подвижные игры 3 класс», на (1 год)

С

остави
тель:

Курников
Алексей Андреевич
учитель
физической культуры

2024г

Пояснительная записка

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, на основе примерных программ внеурочной деятельности, Начальное и основное образование, В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов, Москва, Просвещение, 2011 г.

Актуальность программы

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма на более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Только на основе всестороннего развития и укрепления организма, на основе повышения его функциональных сил создаётся возможность для достижения наивысших уровней адаптационных сдвигов, обеспечивается органическая связь между общей и специальной подготовкой.

При раннем занятии ребенок быстро достигает определённого результата, но из-за одностороннего развития и недостаточности базовой общефизической подготовки дальнейший рост результатов прекращается и

необходимы максимальные и сверх максимальные нагрузки для их повышения.

При разносторонней подготовке результаты растут несколько медленнее, но зато в дальнейшем у детей имеется фундамент для их улучшения, есть возможность варьирования нагрузки в избранном.

В программе делается упор именно на развитие двигательной активности детей. Подготовка способствует гармоничному развитию организма, укреплению здоровья, спортивному долголетию.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса обучения, преемственность в решении задач укрепления здоровья и гармонического развития детей воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении правилами игр развития физических качеств, создание предпосылок для достижения высоких спортивных результатов.

Программа направлена на:

- Создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей.
- Обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности.
- Достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств.
- Формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

Новизна программы

Новизна программы заключается в том, что она предусматривает более обширное изучение подвижных и народных игр, начинающаяся с первого года обучения в учебно-тренировочных группах.

В основе программы - подготовка, включающая в себя разнообразные специально подобранные подвижные игры, эстафеты.

Место курса в учебном плане

На изучение курса «Подвижные игры» в 1 классе отводится 16 часов в год, 0,5 часа в неделю из части, формируемой участниками образовательных отношений.

На изучение курса «Подвижные игры» во 2 классе отводится 17 часов в год, 0,5 часов в неделю из части, формируемой участниками образовательных отношений.

На изучение курса «Подвижные игры» в 3 классе отводится 17 часов в год, 0,5 часов в неделю из части, формируемой участниками

образовательных отношений.

Цель: создание условий для укрепления здоровья, учащихся через игру, содействие их разносторонней физической подготовленности.

Основными задачами реализации поставленной цели являются:

1. укрепление опорно-двигательного аппарата;
2. комплексное развитие таких физических качеств, как быстрота, гибкость, ловкость, координация движений, сила и выносливость
3. развитие морально-волевых качеств, учащихся; привитие стойкого интереса к занятиям и мотивации к достижению более высокого уровня сформированности культуры здоровья.
4. формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, способствовать осознанному выбору здорового стиля жизни;
5. развивать основные физические качества младших школьников (силу, быстроту, ловкость, выносливость, равновесие и координацию движения), что обеспечивает их высокую физическую и умственную работоспособность;
6. стабилизировать эмоции, обогатить детей новыми ощущениями, представлениями, понятиями;
7. развивать самостоятельность и творческую инициативность младших школьников, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг;
8. воспитывать волевые, качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, честность, скромность;
9. формировать систему нравственных общечеловеческих ценностей.

Методическая особенность программы:

Отличительной особенностью программы является увеличение объёма (количества часов) на изучение подвижных игр на период 1го года обучения.

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные – рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные – показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические – апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

Организация работы групповая.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения, которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

Игровая деятельность всегда связана с решением определенных задач, выполнением определенных обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

Планируемые результаты

Личностные результаты

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
 - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
 - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Мета предметные результаты

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- 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.

Тематическое распределение количества часов

1 класс

№ п/п	Тема раздела	Теория	Практика
1	Техника безопасности	2	-
2	Беседы	4	-
3	Игры	-	10
	Итого	16 часов	

Тематическое распределение количества часов

2 класс

№ п/п	Тема раздела	Теория	Практика
1	Техника безопасности	1	-
2	Беседы	2	-
3	Игры	-	14
	Итого	17 часов	

Тематическое распределение количества часов

3 класс

№ п/п	Тема раздела	Теория	Практика
1	Техника безопасности	1	-
2	Беседы	2	-
3	Игры	-	14
	Итого	17 часов	

Тематическое планирование 1 класс

№	Тема занятий	Планируемые образовательные результаты			
		Форма занятий	Предметные	Метапредметные	Личностные
1	ТБ при проведении подвижных игр. Подвижная игра "Ловишки".	Разучивать подвижную игру «Ловушка».	<i>Осваивать</i> универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
2	Игровое упражнение "Быстро встань в колонну", подвижная игра "Ловишки".	Упражнения на развитие ловкости	<i>Излагать</i> правила и условия проведения подвижных игр. <i>Осваивать</i> двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
3	"Быстро встань в колонну", подвижная игра "Жмурки", игра малой подвижности "Тихо-громко".	Упражнения на развитие ловкости	<i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. <i>Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.</i> <i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
4	Беседа «Возникновение подвижных игр». Подвижная игра "Совушка".	Развитие внимания	<i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
5	Игровое упражнение "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники".	Разучиваем подвижную игру «Передал-садись»	<i>Проявлять</i> быстроту и ловкость во время подвижных игр. <i>Соблюдать</i> дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. <i>Описывать</i> разучиваемые технические действия из спортивных игр.	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
6	Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо".	Упражнение на развитие внимания	<i>Осваивать</i> технические	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
7	Подвижная игра "Перелет птиц",	Упражнения на ловкость		Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.

	игровое упражнение "Передача мяча в колонне".		действия из спортивных игр. <i>Моделировать</i> технические действия в игровой деятельности. <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. <i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. <i>Выявлять</i> ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. <i>Соблюдать</i> дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. <i>Осваивать</i> умения выполнять универсальные физические упражнения. <i>Развивать</i> физические качества.	соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека	
8	Подвижная игра "Успей добежать", игра малой подвижности "Эхо".	Упражнения на скорость			
9	ТБ. Подвижная игра "Ловля обезьян", игра малой подвижности "Хоровод".	Упражнения на координацию			
10	Подвижная игра "Будь ловким", игра средней интенсивности "Фигуры".	Упражнения на координацию			
11	Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Подвижная игра "Ключи".	Знакомиться с личной гигиеной			
12	Подвижная игра "Хитрая лиса".	Разучивание правила игры			
13	Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает".	Упражнения на внимания			
14	Подвижная игра "Кого называли, тот и ловит", игра малой подвижности "Летает,	Упражнения на внимательность			

	не летает".				
15	Подвижная игра "Ловишки", эстафета "Передача мяча в колонне".	Упражнения на ловкость и реакцию			
16	Подвижная игра "Бери ленту", игра малой подвижности "Эхо".	Знакомство с правилами игры			

Тематическое планирование 2 класс

№	Тема занятий	Планируемые образовательные результаты			
		Форма занятий	Предметные	Мета предметные	Личностные
1	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.	Научатся соблюдать правила поведения и технику безопасности; правильно выполнять подбор одежды и	<i>Осваивать</i> универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. <i>Излагать</i> правила и условия проведения подвижных игр. <i>Осваивать</i> двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. <i>Взаимодействовать</i> в парах и	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Формирование способов позитивного	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и

		обуви для спортивных занятий; различать допустимые и недопустимые формы поведения.	группах при выполнении технических действий в подвижных играх. <i>Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.</i> <i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности.	взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические	эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
2	Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	Закрепят знания о ведении здорового образа жизни. Осваивают навыки ходьбы и бега, развивают скоростные и координационные способности	<i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. <i>Проявлять</i> быстроту и ловкость во время подвижных игр. <i>Соблюдать</i> дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. <i>Описывать</i> разучиваемые технические действия из спортивных игр.		
3	Здоровый образ жизни. Беседы о безопасном поведении на дороге по пути в школу, домой. Игры «Медведи и пчёлы», «У медведя во бору».	Закрепят знания о безопасном поведении на дороге по пути в школу, домой. Осваивают навыки ходьбы и бега, развивают скоростные и координационные способности Продemonстрируют навыки ходьбы и бега, специальные беговые упражнения.	<i>Осваивать</i> технические действия из спортивных игр. <i>Моделировать</i> технические действия в игровой деятельности. <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. <i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. <i>Выявлять</i> ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. <i>Соблюдать</i> дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.		
4	Комплекс ОРУ с рифмованными	Закрепят знания проведения	<i>Осваивать</i> умения выполнять		

	строчками. Игры «Фигуры», «Волки, зайцы, лисы».	комплекса ОРУ с рифмованными строчками. Осваивают навыки бега, развивают скоростные и координационные способности. Продемонстрируют навыки бега, специальные беговые упражнения за счёт игр «Фигуры», «Волки, зайцы, лисы».	универсальные физические упражнения. <i>Развивать</i> физические качества.	признаки в движениях и передвижениях человека	
5	Бодрость, грация, координация. Разучивание подвижной игры «Мышеловка».	Осваивают универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий. Закрепят знания организовывать и проводить комплексы физических упражнений для утренней зарядки, занятий по профилактике и			

		коррекции нарушений осанки.			
6	Что нужно делать для улучшения осанки. Развитие физических качеств	Осваивают универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий. Закрепят знания о улучшении осанки. Научатся организовывать и проводить комплексы упражнений на развитие физических качеств.			
7	Развитие глазомера и чувства расстояния. Игры на метания мяча «Кто меткий?», «Метко в цель», «Бегуны и метатели».	Разучат и закрепят игры по метанию мяча. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий. Освоят умения общаться и			

		взаимодействовать в игровой деятельности.			
8	Прыжки – одно из важнейших двигательных умений человека. Игры «Выше ножки от земли», «Достань до мяча».	Раскрывают понятие прыжки – одно из важнейших двигательных умений человека. Выполняют специальные беговые и прыжковые упражнения. Разучат и закрепят игры «Выше ножки от земли», «Достань до мяча».			
9	Игры – эстафеты: «Команда быстроногих», «Эстафеты-поезда», «Большая круговая эстафета».	Закрепят знания о значении и роли мышц при выполнении движений тела и физических упражнениях. Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах. Демонстрируют правильное выполнение бега.			
10	Профилактика	Комплексы			

	детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам	дыхательных упражнений. Взаимодействую т со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий. Освоят умения общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.			
11	Играя, подружись с бегом. Игры «Бездомный заяц», «Борьба за флажки», «Пустое место», «Салки по кругу»	Разучат и закрепят игры «Бездомный заяц», «Борьба за флажки», «Пустое место», «Салки по кругу». Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах. Демонстрируют правильное выполнение бега.			
12	Игры – эстафеты: «Команда быстроногих», «Эстафеты-поезда», «Большая круговая	Разучат и закрепят игры – эстафеты: «Команда быстроногих»,			

	эстафета».	«Эстафеты-поезда», «Большая круговая эстафета». Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах. Демонстрируют правильное выполнение бега.			
13	Мой весёлый звонкий мяч! Игры «Школа мяча», «Мяч – соседу», «Гонка мячей по кругу».	Закрепят знания о значении и роли мышц при выполнении движений тела и физических упражнениях. Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах. Демонстрируют правильное выполнение бега.			
14	Игры-соревнования. Мой весёлый звонкий мяч!	Демонстрируют правильное выполнение бега. Соблюдают правила ТБ при выполнении беговых			

		действий. Демонстрируют правильное выполнение бега.			
15	Игры с прыжками: «Зайцы в огороде», «Поймай лягушку», « Хвостики»	Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах. Соблюдают правила ТБ при выполнении прыжков. Демонстрируют правильное выполнение бега.			
16	Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по кругу».	Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах, группах. Взаимодействую т со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий.			
17	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».	Освоят умения общаться и взаимодействова ть в игровой деятельности.			

Тематическое планирование 3 класс

№	Тема занятий	Планируемые образовательные результаты			
		Форма занятий	Предметные	Мета предметные	Личностные
1	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.	Научатся соблюдать правила поведения и технику безопасности; правильно выполнять подбор одежды и обуви для спортивных занятий;	<i>Осваивать</i> универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. <i>Излагать</i> правила и условия проведения подвижных игр. <i>Осваивать</i> двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. <i>Моделировать технику</i>	Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование

		различать допустимые и недопустимые формы поведения.	выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	объяснять ошибки при выполнении упражнений. Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
2	Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	Закрепят знания о ведении здорового образа жизни. Осваивают навыки ходьбы и бега, развивают скоростные и координационные способности	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.	Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.	
3	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	Закрепят знания о значении и роли мышц при выполнении движений тела и физических упражнениях. Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах	Осваивать технические действия из спортивных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.	Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека	
4	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий. Освоят умения общаться и	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения. Развивать физические качества.		

		взаимодействовать в игровой деятельности.			
5	Сюжетные игры: «Два мороза», «Совушка».	Разучат и закрепят игры «Два мороза», «Совушка». Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий.			
6	Сюжетные игры: «Птица без гнезда», «Мы - весёлые ребята».	Разучат и закрепят игры «Птица без гнезда», «Мы - весёлые ребята». Освоят умения общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.			
7	Сюжетные игры: «Космонавты», «Мы - весёлые ребята».	Разучат и закрепят игры «Космонавты», «Мы - весёлые ребята». Освоят умения общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.			
8	Правильная осанка и её значение для	Осваивают универсальные			

	здоровья и хорошей учёбы.	умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий. Закрепят знания об улучшении осанки.			
	Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.	Закрепят знания об улучшении осанки. Научатся организовывать и проводить комплексы упражнений на развитие физических качеств.			
9	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».	Закрепят знания об улучшении осанки. Научатся организовывать и проводить комплексы упражнений на развитие физических качеств.			
10	Народные игры – основа игровой культуры.	Закрепят знания о народных играх. Научатся организовывать и проводить			

		подвижные игры.			
11	Роль и место игры в жизни людей.	Закрепят знания о роле и месте игры в жизни людей. Научатся организовывать и проводить подвижные игры.			
12	Разучивание народных игр. Игра «Через кочки и пенёчки».	Разучат и закрепят игру «Через кочки и пенёчки». Освоят умения общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.			
13	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»	Разучат и закрепят игру «Золотые ворота» Освоят умения общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.			
14	Движение – путь к совершенству (игры дома, в школе и на улице). Разучивание игр на внимание.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий. Освоят умения			

		общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.			
15	Профилактические упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает», «Копна – тропинка – кочки».	Взаимодействую т со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий. Освоят умения общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.			
16	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	Взаимодействую т со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий. Освоят умения общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.			
17	Веселые старты.	Упражнения на ловкость и скорость			

Перечень учебно-методического обеспечения

1. Дмитриев В.Н. «Игры на открытом воздухе» М.: Изд. Дом МСП, 1998г.
2. Кереман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» М.: Просвещение, 1989г.
3. «Поурочные разработки по физкультуре. 1- 4 классы. Методические рекомендации, практические материалы, поурочное планирование. 2 издание исп. М.: ВЯКО, 2005 г
4. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008 г
5. Видякин М.В. «Внеклассные мероприятия По физкультуре в средней школе» Волгоград. Учитель, 2004 г
6. Советова Е.В. «Оздоровительные технологии в школе» Ростов. Феникс, 2006 г
7. Шарова Ю.Н., Василькова Т.Я. , Зуева Е.А.«Новгородские традиционные игры» Великий Новгород, Центр творческого развития и гуманитарного образования «Визит», 1999 г
8. В.А. Горский, Примерные программы внеурочной деятельности, М. Просвещение, 2011 г
9. Ларчик с играми, М. Детская литература, С. Глязер,1975 г
10. Русские народные игры, М., 1988 г. Л.В. Былеева
11. Мячи, скакалки, обручи, малые мячи, матрасы, кегли, мешки
12. Интерактивная доска, проектор
13. Классная, магнитная доска