

Приложение №3
к адаптированной основной образовательной программе
начального общего образования

3. Рабочие программы курсов внеурочной деятельности уровня
начального общего образования 1-4 классов

Содержание.

1.Рабочая программа курса внеурочной деятельности "Разговоры о важном" (информационно-просветительские занятия патриотической, нравственной и экологической направленности).....	3
2.Рабочая программа курса внеурочной деятельности "Подвижные игры" (занятия, направленные на удовлетворении интересов и потребностей обучающихся в физическом развитии).....	13

3.1. Программа курса «Разговоры о важном» (1-4 классы)

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижений школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

Личностные результаты:

В сфере гражданско-патриотического воспитания: становление ценностного отношения к своей Родине — России; осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности; сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края; уважение к своему и другим народам; первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

В сфере духовно-нравственного воспитания: признание индивидуальности каждого человека; проявление сопереживания, уважения и доброжелательности; неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

В сфере эстетического воспитания: уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов; стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной); бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

В сфере трудового воспитания: осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, интерес к различным профессиям.

В сфере экологического воспитания: бережное отношение к природе; неприятие действий, приносящих ей вред.

В сфере понимания ценности научного познания: первоначальные представления о научной картине мира; познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

Метапредметные результаты:

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями: сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии; определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты; находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма; выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма; устанавливать причинно-следственные связи в

ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы; определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов; формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведённого наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования); прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях; выбирать источник получения информации; согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде; распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа её проверки; соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в Интернете; анализировать и создавать текстовую, графическую, звуковую, видеoinформацию в соответствии с учебной задачей.

В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями: воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде; проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии; признавать возможность существования разных точек зрения; корректно и аргументировано высказывать своё мнение; строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей; создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование); готовить небольшие публичные выступления; подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления; принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; ответственно выполнять свою часть работы; оценивать свой вклад в общий результат.

В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями: планировать действия по решению учебной задачи для получения результата; выстраивать последовательность выбранных действий; устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности; корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

Предметные результаты:

«Разговоры о важном» представлены с учётом специфики содержания предметных областей, к которым имеет отношение содержание курса внеурочной деятельности:

Русский язык: первоначальное представление о многообразии языков и культур на территории Российской Федерации, о языке как одной из главных духовно-нравственных ценностей народа; понимание роли языка как основного средства общения; осознание значения русского языка как государственного языка Российской Федерации; понимание роли русского языка как языка межнационального общения; осознание правильной устной и письменной речи

как показателя общей культуры человека; овладение основными видами речевой деятельности на основе первоначальных представлений о нормах современного русского литературного языка; использование в речевой деятельности норм современного русского литературного языка и речевого этикета.

Литературное чтение: осознание значимости художественной литературы и произведений устного народного творчества для всестороннего развития личности человека; первоначальное представление о многообразии жанров художественных произведений и произведений устного народного творчества; овладение элементарными умениями анализа и интерпретации текста.

Иностранный язык: знакомство представителей других стран с культурой своего народа.

Математика и информатика: развитие логического мышления; приобретение опыта работы с информацией, представленной в графической и текстовой форме, развитие умений извлекать, анализировать, использовать информацию и делать выводы.

Окружающий мир: сформированность уважительного отношения к своей семье и семейным традициям, организации, родному краю, России, её истории и культуре, природе; сформированность чувства гордости за национальные свершения, открытия, победы; первоначальные представления о природных и социальных объектах как компонентах единого мира, о многообразии объектов и явлений природы; о связи мира живой и неживой природы; сформированность основ рационального поведения и обоснованного принятия решений; первоначальные представления о традициях и обычаях, хозяйственных занятиях населения и массовых профессиях родного края, достопримечательностях столицы России и родного края, наиболее значимых объектах Всемирного культурного и природного наследия в России; важнейших для страны и личности событиях и фактах прошлого и настоящего России; основных правах и обязанностях гражданина Российской Федерации; развитие умений описывать, сравнивать и группировать изученные природные объекты и явления, выделяя их существенные признаки и отношения между объектами и явлениями; понимание простейших причинно-следственных связей в окружающем мире (в том числе на материале о природе и культуре родного края); приобретение базовых умений работы с доступной информацией (текстовой, графической, аудиовизуальной) о природе и обществе, безопасного использования электронных ресурсов организации и Интернете, получения информации из источников в современной информационной среде; формирование навыков здорового и безопасного образа жизни на основе выполнения правил безопасного поведения в окружающей среде, в том числе знаний о небезопасности разглашения личной и финансовой информации при общении с людьми вне семьи, в Интернете и опыта соблюдения правил безопасного поведения при использовании личных финансов; приобретение опыта положительного эмоционально-ценностного отношения к природе; стремления действовать в окружающей среде в соответствии с экологическими нормами поведения.

Основы религиозных культур и светской этики: понимание необходимости

нравственного совершенствования, духовного развития, роли в этом личных усилий человека; формирование умений анализировать и давать нравственную оценку поступкам, отвечать за них, проявлять готовность к сознательному самоограничению в поведении; построение суждений оценочного характера, раскрывающих значение нравственности, веры как регуляторов поведения человека в обществе и условий духовно-нравственного развития личности; понимание ценности семьи, умение приводить примеры положительного влияния религиозной традиции на отношения в семье, воспитание детей; овладение навыками общения с людьми разного вероисповедания; осознание, что оскорбление представителей другой веры есть нарушение нравственных норм поведения в обществе; понимание ценности человеческой жизни, человеческого достоинства, честного труда людей на благо человека, общества; формирование умений объяснять значение слов «милосердие», «сострадание», «прощение», «дружелюбие»; умение находить образы, приводить примеры проявлений любви к ближнему, милосердия и сострадания в религиозной культуре, истории России, современной жизни; открытость к сотрудничеству, готовность оказывать помощь; осуждение любых случаев унижения человеческого достоинства; знание общепринятых в российском обществе норм морали, отношений и поведения людей, основанных на российских традиционных духовных ценностях, конституционных правах, свободах и обязанностях гражданина.

Изобразительное искусство: выполнение творческих работ с использованием различных художественных материалов и средств художественной выразительности изобразительного искусства; умение характеризовать виды и жанры изобразительного искусства; умение характеризовать отличительные особенности художественных промыслов России.

Музыка: знание основных жанров народной и профессиональной музыки.

Технология: сформированность общих представлений о мире профессий, значении труда в жизни человека и общества, многообразии предметов материальной культуры.

Физическая культура: сформированность общих представлений о физической культуре и спорте, физической активности человека, физических качествах, жизненно важных прикладных умениях и навыках, основных физических упражнениях; умение взаимодействовать со сверстниками в игровых заданиях и игровой деятельности, соблюдая правила честной игры.

Форма аттестации: презентация «Россия – Родина моя»

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Знания — ценность, которая необходима не только каждому человеку, но и всему обществу. Знания — основа успешного развития человека и общества. Каждый должен стремиться к обогащению и расширению своих знаний. Наша страна предоставляет любому ребёнку возможность с шести с половиной лет учиться в школе.

Любовь к Родине, патриотизм — качества гражданина России. Любовь к родному краю, способность любоваться природой, беречь её — часть любви к

Отчизне. Труд людей в разные исторические эпохи, преемственность поколений в готовности защищать родную землю. Историческая память на- рода и каждого человека.

К. Э. Циолковский — выдающийся учёный, открывший дорогу к космическим полётам. Преемственность поколений в научных достижениях. Страницы истории российской космонавтики. Первые космонавты. Гордость россиян за успехи страны в освоении космоса. Проявление интереса к знаниям о космосе, его изучению и космонавтам — исследователям космического пространства.

Преемственность поколений: семейные ценности (любовь, взаимопонимание, участие в семейном хозяйстве, воспитании детей); традиции. Память о предшествовавших поколениях семьи. Особое отношение к старшему поколению, проявление действенного уважения, внимания к бабушками дедушкам, забота о них.

Учитель — важная в обществе профессия. Назначение учителя — социальное служение, образование и воспитание подрастающего поколения. Учитель — советчик, помощник, участник познавательной деятельности школьников. Оценка учительского труда. Великие педагоги прошлого. Яснополянская школа Л. Н. Толстого.

Мужчина, отец (отчество — от слова «отец») как гражданин; мужские профессии, участие в трудовой деятельности и жизни общества. Роль отца в семье, участие в хозяйственной деятельности, досуге членов семьи, укреплении традиционных семейных ценностей. Понимание роли отца как родителя, участие в воспитании детей, отцовское влияние на сына и/или дочь. Музыка как способность человека слышать, воспроизводить, сочетать звуки. Роль музыки в жизни каждого человека: музыка сопровождает человека с рождения до конца жизни. Способность слушать, воспринимать и понимать музыку. Музыка, которую можно увидеть. Музыка, которую нужно учиться слушать.

Семья — дружный любящий друг друга коллектив. Поколения в семье. Семейные ценности: воспитание детей, забота о старшем поколении; традиции, совместная трудовая и досуговая деятельность. Пётр и Феврония Муромские — символ любви и взаимопонимания в семейной жизни.

Рождение праздника День народного единства. Проявление любви к Родине: объединение людей в те времена, когда Родина нуждается в защите. Чувство гордости за подвиги граждан земли Русской в 1612 году и граждан нашей страны в Великой Отечественной войне. Минин и Пожарский — герои, создавшие народное ополчение для борьбы с иноземными захватчиками.

Каждое поколение связано с предыдущими и последующими общей культурой, историей, средой обитания. Связь (преемственность) поколений — основа развития общества и каждого человека. Патриотизм — чувство, которое есть у каждого поколения. Историческая память проявляется в том, что новое поколение людей стремится воспитать в себе качества, которые отражают нравственные ценности предыдущих поколений.

Мать, мама — главные в жизни человека слова. Мать — хозяйка в доме, хранительница семейного очага, воспитательница детей. С первых дней жизни рядом с ребёнком всё время присутствует мама — человек, чьё сердце бьётся чаще и сильнее, чем у других людей.

Символы современной России: название, описание. О чём могут рассказать символы. Их значение и назначение в жизни государства. Уважение к государственной символике России — обязанность гражданина. Правила поведения человека при исполнении гимна, при поднятии флага.

Кто такой доброволец? Деятельность добровольцев как социальное служение в военное и мирное время: примеры из истории и современной жизни. Качества людей, которых называют добровольцами: милосердие, гуманность, доброта. Как я могу проявить добрые чувства к другим людям?

С чего начинается Родина: колыбельная песня мамы, первая игрушка, первая книга. Малая Родина: родная природа, школа, друзья, культура и история родного края. Ответственность гражданина за свободу, благополучие Родины, защита её от иноземных врагов.

Конституция Российской Федерации — главный закон государства. Что такое права и обязанности гражданина. Права ребёнка в России. Примеры выполнения обязанностей членами общества.

История праздника Рождества Христова. Рождественские традиции в России.

Новый год — замечательный семейный праздник. История возникновения новогоднего праздника в России. Традиции встречи Нового года: украшение ёлки, подарки, загадывание заветных желаний. О чём люди разных времён мечтали в Новый год.

Что такое виртуальный мир и кто его создаёт? Плюсы и минусы виртуального мира. Правила безопасного пользования интернет-ресурсами.

Блокада Ленинграда: как она началась и сколько длилась. Ленинградский ломтик хлеба... Дневник Тани Савичевой. Как жили и о чём мечтали дети блокадного города. Дорога жизни. Ленинград и ленинградцы выжили и победили.

Первые театры в России. К. С. Станиславский — великий деятель театрального искусства: яркие страницы жизни и деятельности. С чего начинается театр? Кто самый главный в театре. Школьный и классный театр.

Наука: научные открытия позволяют улучшать жизнь людей, обеспечивают прогресс общества. Науку делают талантливые, творческие, увлечённые люди. Научные открытия российских учёных, без которых невозможно представить современный мир: телеграф, цветная фотография, радиоприёмник, ранцевый парашют, наркоз, искусственное сердце.

Роль нашей страны в современном мире. Значение российской культуры для всего мира.

Защита Отечества — обязанность гражданина Российской Федерации, проявление любви к родной земле, Родине. Армия в годы войны и в мирное время: всегда есть место подвигу. Качество российского воина: смелость, героизм, самопожертвование.

Доброта — качество настоящего человека, способность оказать помощь, поддержку, проявить заботу и милосердие. Доброе дело: кому оно необходимо и для кого предназначено. Добрые дела граждан России в прошлые времена: благотворительность; пожертвование как проявление добрых чувств в традиционных религиях.

Международный женский день — праздник благодарности и любви к женщине. Женщина в современном обществе — труженица, мать, воспитатель

детей. Нет на свете профессии, которой не может научиться женщина. Великие женщины в истории России: Екатерина Великая, Е. Дашкова, Н. Суслова (первая женщина-врач). Выдающиеся женщины XX века, прославившие Россию: В. Терешкова, М. Раскова, Л. Павличенко, А. Пахмутова, М. Плисецкая, Л. Зыкина.

Сергей Владимирович Михалков — автор гимна современной России. Правила слушания и исполнения гимна. С. В. Михалков — выдающийся поэт XX века, автор стихов, которые дети знали и знают наизусть. Вклад поэта в развитие детской литературы. Слушаем и читаем стихи Михалкова.

Крым — природная жемчужина. Разнообразие природных зон: полупустыни и солончаки; степная зона, лесостепь, вечнозелёная растительность. Природные достопримечательности Крыма: Агармышский лес, гора Акая (Белая скала), гора Кошка, Чёрное и Азовское моря. Симферополь — столица Республики Крым, «ворота Крыма». Ласточкино гнездо, Золотые ворота, Судакская крепость, Севастополь.

Что такое творчество? Люди творческих профессий: поэты, художники, композиторы, артисты, создатели игрушек. Примеры народных промыслов. Умеем ли мы фантазировать: сочинять сказки, конструировать города будущего, создавать узоры для тканей, посуды, расписывать игрушки. Творческая сценическая деятельность: игры, импровизация, драматизация, разыгрывание сценок.

Мы первые: первый искусственный спутник Земли; Луноход-1. «Он сказал: „Поехали!“» — первый полёт человека в космос; Ю. А. Гагарин — Герой Советского Союза. Первый выход в открытый космос — А. А. Леонов, дважды Герой Советского Союза. Самый длительный полёт в космосе — Валерий Поляков, Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации. Кто такие нацисты? Почему они хотели сделать все народы своими рабами? Преступления нацистов: концлагерь как места принудительной жестокой изоляции. Дети Освенцима. Как боролись с нацизмом в концлагерях советские солдаты и офицеры. 11 апреля — Международный день освобождения узников концлагерей.

Особо охраняемые территории в России — заповедники, национальные парки. Экологические тропы — что это такое? Путешествие на Камчатку (долина гейзеров), в Приокско-Террасный заповедник (дикий дом для зубров, косуль, оленей), в Большой Арктический заповедник, в заповедник «Чёрные земли» (сохранение сайгаков, тушканчиков, сусликов). Таймыр — родной дом северных оленей. Окский заповедник — журавлиный питомник.

Профессии прошлого и профессии будущего — что будет нужно стране, когда я вырасту? Профессии моих родителей, бабушек и дедушек. Профессиональные династии. Зачем нужно учиться всё время, пока работаешь?

Историческая память: мы помним подвиги наших солдат, офицеров, матросов, защитивших нашу жизнь в годы Великой Отечественной войны. Связь (преемственность) поколений: Бессмертный полк — помним, любим, гордимся. Какое чувство вело советских людей на борьбу за свободу своей Родины?

Детская общественная организация — мы вместе, и мы делаем добрые дела. Друзья необходимы каждому человеку. Добрые дела, которые можно сделать

вместе. Наша помощь нужна тем, кто в ней нуждается: больным, старым, слабым.

Счастье каждый понимает по-своему. Но для всех счастье — мир на Земле, здоровье близких, верные друзья, благополучие страны. Бывает ли много счастья? Можно ли им поделиться?

Формы организации занятий: эвристические беседы, игры-путешествия, игры-соревнования, прослушивание музыкальных произведений, просмотр видеороликов.

3. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Темы занятий	Количество часов	Теория	Практика
1	День знаний 1–2 классы: «Зачем я учусь?» 3–4 классы: «Зачем мне знания?»	1	0,5	0,5
2	Наша страна — Россия 1–2 классы: «Где мы живём?» 3–4 классы: «От поколения к поколению: любовь россиян к Родине»	1	0,5	0,5
3	165 лет со дня рождения К. Э. Циолковского 1–2 классы: «Мечтаю летать» 3–4 классы: «Мечтаю летать»	1	0,5	0,5
4	День пожилых людей 1–2 классы: «Традиции моей семьи» 3–4 классы: «Как создаются традиции?»	1	0,5	0,5
5	День учителя 1–2 классы: «Если бы я был учителем» 3–4 классы: «Учитель жизни: Лев Николаевич Толстой»	1	0,5	0,5
6	День отца 1–2 классы: «Отчество — от слова „отец“» 3–4 классы: «Отчество — от слова „отец“»	1	0,5	0,5
7	День музыки 1–2 классы: «Я хочу увидеть музыку» 3–4 классы: «Я хочу услышать музыку»	1	0,5	0,5
8	Традиционные семейные ценности 1–2 классы: «Я и моя семья» 3–4 классы: «Пётр и Феврония Муромские»	1	0,5	0,5
9	День народного единства 1–2 классы: «Что такое единство народа?» 3–4 классы: «Когда мы едины — мы непобедимы»	1	0,5	0,5
10	Мы разные, мы вместе 1–2 классы: «Память времён»	1	0,5	0,5

	3–4 классы: «Память времён»			
11	День Матери 1–2 классы: «Самое главное слово на земле» 3–4 классы: «Материнское сердце чаще бьётся». (С. Федин)	1	0,5	0,5
12	Символы России: Государственный гимн, герб, флаг 1–2 классы: «Какие в нашей стране есть символы?» 3–4 классы: «Что может герб нам рассказать?»	1	0,5	0,5
13	День добровольца 1–2 классы: «Если добрый ты, это хорошо» 3–4 классы: «Что я могу сделать для других?»	1	0,5	0,5
14	День Героев Отечества 1–2 классы: «С чего начинается Родина...» 3–4 классы: «История Отечества — история каждого из нас»	1	0,5	0,5
15	День Конституции 1–2 классы: «Где записаны права человека?» 3–4 классы: «Мои права и мои обязанности: в чём разница?»	1	0,5	0,5
16	Рождество 1–2 классы: «Светлый праздник Рождества» 3–4 классы: «Светлый праздник Рождества»	1	0,5	0,5
17	Новый год. Семейные праздники и мечты 1–2 классы: «Умеем ли мы мечтать?» 3–4 классы: «О чём мы мечтаем?»	1	0,5	0,5
18	Цифровая безопасность и гигиена школьника 1–2 классы: «Виртуальный я — что можно и что нельзя?» 3–4 классы: «Виртуальный я — что можно и что нельзя?»	1	0,5	0,5
19	День снятия блокады Ленинграда 1–2 классы: «...осталась одна Таня...» 3–4 классы: «Писала девочка дневник...»	1	0,5	0,5
20	Великие люди России: К. С. Станиславский 1–2 классы: «Мы идём в театр. А что это значит?» 3–4 классы: «С чего начинается театр?»	1	0,5	0,5
21	День российской науки	1	0,5	0,5

	1–2 классы: «Как становятся учёными?» 3–4 классы: «Откуда берутся научные открытия?»			
22	Россия и мир 1–2 классы: «Россия в мире» 3–4 классы: «Россия в мире»	1	0,5	0,5
23	День защитника Отечества (День Армии) 1–2 классы: «Кому я хочу сказать „спасибо“?» (ко Дню защитника Отечества) 3–4 классы: «Хорошие дела не ждут благодарности?» (ко Дню защитника Отечества)	1	0,5	0,5
24	Забота о каждом 1–2 классы: «Заряд на добрые дела» 3–4 классы: «Дарить добро»	1	0,5	0,5
25	Международный женский день 1–2 классы: «Мамы разные важны» 3–4 классы: «Обычный мамин день»	1	0,5	0,5
26	110 лет со дня рождения советского писателя и поэта, автора слов гимнов Российской Федерации и СССР С. В. Михалкова 1–2 классы: «Поэт, который писал для детей и о детях» 3–4 классы: «Поэт, который писал для детей и о детях»	1	0,5	0,5
27	День воссоединения Крыма с Россией 1–2 классы: «Путешествие по Крыму» 3–4 классы: «Путешествие по Крыму»	1	0,5	0,5
28	Всемирный день театра 1–2 классы: «Что на что похоже: зачем человеку воображение?» 3–4 классы: «Что такое творчество?»	1	0,5	0,5
29	День космонавтики. Мы — первые 1–2 классы: «Какие поступки делают человека великим?» (о первом полёте человека в космос) 3–4 классы: «Какие поступки делают человека великим?» (о первом полёте человека в космос)	1	0,5	0,5
30	Память о геноциде советского народа нацистами и их пособниками 1–2 классы: «Надо ли вспоминать прошлое?» 3–4 классы: «Надо ли вспоминать прошлое?»	1	0,5	0,5
31	День Земли 1–2 классы: «Где можно увидеть нетронутую природу?»	1	0,5	0,5

	3–4 классы: «Дом для дикой природы»			
32	День труда 1–2 классы: «Без труда не выловишь и рыбку из пруда» 3–4 классы: «Не надо бояться трудностей»	1	0,5	0,5
33	День Победы. Бессмертный полк 1–2 классы: «Мужество, честь, отвага. Что это и откуда берётся в человеке?» 3–4 классы: «Что такое подвиг?»	1	0,5	0,5
34	День детских общественных организаций 3–4 классы: «Вместе весело шагать по просторам...»	1	0,5	0,5

3.2. Программа курса «Подвижные игры» (1-4 класс)

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий

Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;

- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

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

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). В результате обучения, обучающиеся на уровне начального общего образования, начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

Форма аттестации: эстафета «Веселые страты».

2. Содержание курса внеурочной деятельности

1 класс

Раздел 1. Игры с бегом

Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Космонавты».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Пустое место».
- Упражнения с предметами. Игра «Накинь кольцо».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Медведи и пчелы». Игра «Пастух и стадо».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Карусель»

Раздел 2. Игры с прыжками

Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

- Комплекс ОРУ. Игра «Пятнашки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Белки в лесу».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Гуси-лебеди»
- Игра «Не оставайся на полу». Игра «Караси и щука».

Раздел 3. Игры с мячом

Правила безопасного поведения при играх мячом.

- Совершенствование координации движений. Игра «Ловля мячей сачками».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «У кого мяч».
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Затейники». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Школа мяча».
- Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

Раздел 4. Игры малой подвижности

Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Колпачок и палочка».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Мы веселые ребята».

Раздел 5. Зимние забавы (4 часа)

Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

- Игра «Снежные круги».
- Игра «Сделай фигуру».
- Игра «Тетери».
- Игра «Трактористы».

Раздел 6. Эстафеты

Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды.

Считалки

- Эстафеты «Лошадки»
- Эстафеты «Кто скорее до флажка»
- Эстафеты «Успей пробежать»
- Эстафеты «Быстрее по местам»

Раздел 7. Народные игры

История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»

2 класс

Раздел 1. Игры с бегом

Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»

Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Челнок». Игра «Карусель»

Раздел 2. Игры с прыжками

Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

Раздел 3. Игры с мячом

Правила безопасного поведения при с играх мячом. Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».

Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча

Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»

- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча

Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

Раздел 4. Игры малой подвижности

Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».

Раздел 5. Зимние забавы

Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

Раздел 6. Эстафеты

Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды.

Считалки

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

Раздел 7. Народные игры

История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

3 класс

Раздел 1. Игры с бегом

Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и птички»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».
- Комплекс ОРУ для укрепления мышц рук и плечевого пояса. Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Дай руку»

Раздел 2. Игры с мячом

Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»

Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».

- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

Раздел 3. Игры с прыжками

Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Стойка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

Раздел 4. Игры малой подвижности

Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.

Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»

Раздел 5. Зимние забавы

Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

Раздел 6. Эстафеты

Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

- Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

Раздел 7. Народные игры

Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

4 класс

Раздел 1. Игры с бегом

Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Воробушки и кот». Игра «Игра «Без пары».

Раздел 2. Игры с мячом

Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»

Игра «Защищай ворота».

- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».

Игра «Мяч в центре».

Раздел 3. Игры с прыжками

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

Раздел 4. Игра малой подвижности

Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.

Разучивание рифм для проведения игр.

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».

Раздел 5.Зимние забавы

Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ.

Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Пустое место».
- Игра «Кто дальше» (на лыжах).
- Игра «Быстрый лыжник».

Раздел 6.Эстафеты

Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.

- Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

Раздел 7.Народные игры

Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

- Разучивание народных игр. Игра "Корову доить"
- Разучивание народных игр. Игра "Коршун"
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки"

Формы организации занятий: игры, эстафеты, упражнения.

3. Тематическое планирование

№ п/п	Раздел курса	Количество часов	Теория	Практика
-------	--------------	------------------	--------	----------

1 класс				
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры)	6	0	6
2	Игры с мячом	6	0	6
3	Игры с прыжками	6	0	6
4	Игры малой подвижности	5	0	5
5	Зимние забавы	4	0	4
6	Эстафеты	4	0	4
7	Народные игры	2	0	2
	Итого:	33	0	33
2 класс				
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры)	5	0	5
2	Игры с мячом	5	0	5
3	Игры с прыжками (скакалки)	5	0	5
4	Игры малой подвижности	2	0	2
5	Зимние забавы	8	0	8
6	Эстафеты	6	0	6
7	Народные игры	3	0	3
	Итого:	34	0	34
3 класс				
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры)	5	0	5
2	Игры с мячом	5	0	5
3	Игры с прыжками (скакалки)	5	0	5
4	Игры малой подвижности	2	0	2
5	Зимние забавы	8	0	8
6	Эстафеты	6	0	6
7	Народные игры	3	0	3
	Итого:	34	0	34
4 класс				
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры)	5	0	5
2	Игры с мячом	5	0	5
3	Игры с прыжками (скакалки)	5	0	5
4	Игры малой подвижности	2	0	2
5	Зимние забавы	8	0	8
6	Эстафеты	6	0	6
7	Народные игры	3	0	3
	Итого:	34	0	34

4. Календарно-тематическое планирование

№	Раздел курса	Количество	Теория	Практика
---	--------------	------------	--------	----------

п/п		часов		
1 класс				
Раздел 1. Игры с бегом (общеразвивающие игры) (6 часов)				
1	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.	1	0	1
2	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	1	0	1
3	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Пустое место».	1	0	1
4	Упражнения с предметами. Игра «Накинь кольцо».	1	0	1
5	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Медведи и пчелы». Игра «Пастух и стадо».	1	0	1
6	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Карусель»	1	0	1
Раздел 2. Игры с мячом (6 часов)				
7	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой	1	0	1
8	Комплекс ОРУ. Игра «Пятнашки».	1	0	1
9	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	1	0	1
10	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Белки в лесу».	1	0	1
11	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Гуси-лебеди»	1	0	1
12	Игра «Не оставайся на полу». Игра «Караси и щука»	1	0	1
Раздел 3.Игра с прыжками (6 часов)				
13	Правила безопасного поведения при с играх мячом. Совершенствование координации движений. Игра «Ловля мячей сачками».	1	0	1
14	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «У кого мяч».	1	0	1
15	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Затейники».	1	0	1
16	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Скорый поезд».	1	0	1
17	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра	1	0	1

	«Школа мяча».			
18	Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	1	0	1
Раздел 4. Игры малой подвижности (5 часов)				
19	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Колпачок и палочка».	1	0	1
20	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка».	1	0	1
21	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Ручеек».	1	0	1
22	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия.	1	0	1
23	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Мы веселые ребята».	1	0	1
Раздел 5. Зимние забавы (4 часа)				
24	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности. Игра «Снежные круги».	1	0	1
25	Игра «Сделай фигуру»	1	0	1
26	Игра «Тетери»	1	0	1
27	Игра «Трактористы»	1	0	1
Раздел 6. Эстафеты (4 часа)				
28	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки. Эстафеты «Лошадки»	1	0	1
29	Эстафеты «Кто скорее до флажка»	1	0	1
30	Эстафеты «Успей пробежать»	1	0	1
31	Эстафеты «Быстрее по местам»	1	0	1
Раздел 7. Народные игры (2 часа)				
32	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	1	0	1
33	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	1	0	1
	Итого:	33	0	33

№ п/п	Раздел курса	Количество часов	Теория	Практика
2 класс				
Раздел 1. Игры с бегом (общеразвивающие игры) (5 часов)				
1	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»	1	0	1
2	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь». Комплекс ОРУ в движении. Игра «Челнок». Игра «Карусель».	1	0	1
3	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»	1	0	1
4	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	1	0	1
5	Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»	1	0	1
Раздел 2. Игры с мячом (5 часов)				
6	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»	1	0	1
7	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	1	0	1
8	Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».	1	0	1
9	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе».	1	0	1
10	Игра «Пингвины с мячом».	1	0	1
Раздел 3.Игра с прыжками (5 часов)				
11	Правила безопасного поведения при с играх мячом. Совершенствование координации движений.	1	0	1
12	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»	1	0	1
13	Игра «Передал – садись». Игра	1	0	1

	«Свечи».			
14	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».	1	0	1
15	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	1	0	1
Раздел 4. Игры малой подвижности (2 часа)				
16	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».	1	0	1
17	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».	1	0	1
Раздел 5. Зимние забавы (8 часа)				
18-19	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности. Игра «Лепим снежную бабу».	2	0	2
20-21	Игра «Лепим сказочных героев».	2	0	2
22-23	Игра «Санные поезда».	2	0	2
24	Игра «На одной лыже».	1	0	1
25	Игра «Езда на перекладных»	1	0	1
Раздел 6. Эстафеты (6 часов)				
26	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки	1	0	1
27	Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	1	0	1
28	Веселые старты	1	0	1
29	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1	0	1
30	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1	0	1
31	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	1	0	1
Раздел 7. Народные игры (3 часа)				
32	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	1	0	1

33	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	1	0	1
34	Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	1	0	1
	Итого:	34	0	34

№ п/п	Раздел курса	Количество часов	Теория	Практика
3 класс				
Раздел 1. Игры с бегом (общеразвивающие игры) (6 часов)				
1	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы. Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка».	1	0	1
2	Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Челнок».	1	0	1
3	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»	1	0	1
4	Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»	1	0	1
5	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».	1	0	1
6	Комплекс ОРУ для укрепления мышц рук и плечевого пояса. Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Дай руку»	1	0	1
Раздел 2. Игры с мячом (6 часов)				
7	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Свечи ставить»	1	0	1
8	Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Свечи ставить»	1	0	1
9	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»	1	0	1
10	Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».	1	0	1
11	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».	1	0	1
12	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»	1	0	1
Раздел 3. Игра с прыжками (6 часов)				
13	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку	1	0	1

	важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.			
14	Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».	1	0	1
15	Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».	1	0	1
16	Комплекс ОРУ. Игра « Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки».	1	0	1
17	Комплекс ОРУ. Игра « Стойка на одной ноге».	1	0	1
18	Игра «Кто первый?»	1	0	1
Раздел 4. Игры малой подвижности (5 часов)				
19	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность. Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Перемена мест»	1	0	1
20	Игра «Запрещенное движение».	1	0	1
21	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко».	1	0	1
22	Игра « Море волнуется».	1	0	1
23	Игра «Кривой петух»	1	0	1
Раздел 5. Зимние забавы (4 часа)				
24	Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании. Игра «Строим крепость».	1	0	1
25	Игра «Взятие снежного городка».	1	0	1
26	Игра «Лепим снеговика».	1	0	1
27	Игра «Меткой стрелок».	1	0	1
Раздел 6. Эстафеты (4 часа)				
28	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы. Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».	1	0	1
29	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».	1	0	1
30	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя».	1	0	1
31	Эстафета «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	1	0	1
Раздел 7. Народные игры (3 часа)				
32	Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение	1	0	1

	игр на праздниках. Разучивание народных игр. Игра "Горелки".			
33	Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди».	1	0	1
34	Разучивание народных игр. Игра "Мишени".	1	0	1
	Итого:	34	0	34

№ п/п	Раздел курса	Количество часов	Теория	Практика
4 класс				
Раздел 1. Игры с бегом (общеразвивающие игры) (6 часов)				
1	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок. Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	1	0	1
2	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта	1	0	1
3	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».	1	0	1
4	Комплекс ОРУ с предметами.	1	0	1
5	Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки».	1	0	1
6	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Воробушки и кот». Игра «Игра «Без пары».	1	0	1
Раздел 2. Игры с мячом (6 часов)				
7	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.	1	0	1
8	Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».	1	0	1
9	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».	1	0	1
10	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил»	1	0	1
11	Игра «Защищай ворота». Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони	1	0	1

	мяч».			
12	Игра «Мяч в центре».	1	0	1
Раздел 3.Игра с прыжками (6 часов)				
13	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.	1	0	1
14	Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно».	1	0	1
15	Игра «Зайцы в огороде».	1	0	1
16	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «белые медведи».	1	0	1
17	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	1	0	1
18	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	1	0	1
Раздел 4. Игры малой подвижности (5 часов)				
19	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр. Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?».	1	0	1
20	Игра «Что изменилось?».	1	0	1
21	Игра «Найди предмет».	1	0	1
22	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки».	1	0	1
23	Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».	1	0	1
Раздел 5. Зимние забавы (4 часа)				
24	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение. Игра «Снежком по мячу».	1	0	1
25	Игра «Пустое место».	1	0	1
26	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	1	0	1
27	Игра «Быстрый лыжник».	1	0	1
Раздел 6. Эстафеты (4 часа)				
28	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.	1	0	1

29	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	1	0	1
30	Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами»	1	0	1
31	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	0	1
Раздел 7. Народные игры (3 часа)				
32	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр. Разучивание народных игр. Игра "Корову доить"	1	0	1
33	Разучивание народных игр. Игра "Коршун"	1	0	1
34	Разучивание народных игр. Игра «Бабки»	1	0	1
	Итого:	34	0	34