08 - 13

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Архангельская средняя школа имени А. А. Кудрявцева»

Рассмотрено
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.2023.

Утверждено.
Директор школы
_____
Иванчикова О.Н.
Приказ № 72-о от 31.08.2023.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 78EA1399DC63B6423C12C0F6037B3201
Владелец: МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "АРХАНГЕЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМЕНИ А. А. КУДРЯВЦЕВА"
Действителен: с 03.05.2023 до 26.07.2024

Программа внеурочной деятельности

Кружок «Юниор»

2022-2026 учебный год

Направление: спортивно-оздоровительное (развитие личности и самореализация обучающихся)
Уровень реализации: начальное общее образование.
Срок реализации - 4 года.
Составитель: учитель начальных классов Сафронова Валентина Ивановна, высшая квалификационная категория.

с. Архангельское
2022 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Юниор» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, авторской программы А.П. Матвеева «Физическая культура. 1-4 классы».

Программа рассчитана на 135 занятий (по 35- 45 мин.) для обучающихся 1-4 классов:

1 класс – 33 занятия по 1 в неделю, 2-4 классы – 34 занятия по 1 занятию в неделю.

Занятия спортивно-оздоровительного направления проводятся во второй половине дня.

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

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

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

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

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

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

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

Раздел «Подвижные игры» образовательной программы пересекается с задачами, которые ставятся для выполнения детьми на уроках физической культуры.

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

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

Ценностные ориентиры содержания курса спортивно-оздоровительного направления «Спортивный мир»

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

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы внеурочной деятельности на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

У обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в 4 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;

- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Содержание программы.

1 класс.

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психологического напряжения. Доказано. Что успешность в школе обеспечивается, помимо других важных факторов, определённым уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это даёт возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым – школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

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

Все игры собраны с учётом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста.

1. **Игры на взаимодействие между учащимися – 12 занятий**
   Специфика командных игр определяет требования: к участникам, их взглядам,

установкам, личностным качествам, характеру действий в состязании. В игре вырабатывается: коллективизм, способность жертвовать собственными интересами ради командной победы, желание видеть и понимать коллективный интерес в каждый момент состязания. Кроме этого, подвижные игры позволяют развивать не только физические, но и интеллектуальные качества: наблюдательность, память, логическое мышление, сообразительность. В играх, имеющих сюжетную форму, есть простор для воображения и артистизма, элементов танца и пения. К тому же игры могут проводиться под музыкальное сопровождение. Всё это формирует эстетическое мировосприятие. Увлекаясь игрой, дети очень ярко проявляют черты характера и другие индивидуальные особенности.

2. **Игры на развитие двигательных качеств – 21 занятие**
   Ученики приобретают основы умений строевой подготовки, бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и высоту с места и с разбега, метание в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях. Игры с элементами корректирующие движения лыжника и быстроту реакции.
   Занятия гимнастикой способствуют формированию навыка правильной осанки у детей младшего школьного возраста. Музыкально-ритмическая деятельность направлена на воспитание эстетических, физических, нравственных и умственных качеств, развивается познавательный интерес, память, вырабатывается устойчивость произвольного внимания.

2 класс.

Программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры.

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо….», « Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел

Русские народные игры**:** «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», Наседка и коршун», «Удар по веревочке» См. Приложение

Подвижные игры: “Волк во рву,” “Салки”, “Класс смирно!”, “Запрещенное движение, “К своим флажкам”, “Карлики и великаны”, “Найди себе пару”, “У ребят порядок строгий”, «Кочка, дорожка, копна» ,«Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», " «Космонавты", «Зайцы в огороде»

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», ОРУ с использованием скороговорок., «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок»», «Определим игрушку».

Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками.

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без

предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки», «Олимпийские игры.

Тематическое планирование. 1 класс.

№ п/п	Раздел (количество часов) Тема занятия.	Форма проведения занятия	Количество часов, отводимых на изучение темы.	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	Игры на взаимодействие между учащимися (12 ч.)			
1	Игра «Гном, как тебя зовут». Строевые упражнения: повороты на месте, размыкание в шеренге, ходьба змейкой и по кругу. Выполнение строевых команд..	Игра. Строевые упражнения.	1	https://infourok.ru/stroevye-uprazhneniya-i-tehnika-hodby-1-klass-4465188.html
2	Игровые упражнения на силу, ловкость и координацию. Подвижная игра «Ловля обезьян»	Игра. Игровые упражнения.	1	https://infourok.ru/urok-podvizhnie-i-sportivnie-igri-na-materiale-gimnastiki-s-osnovami-akrobatiki-uprazhneniya-na-lovkost-i-koordinaciyu-klass-3914929.html
3	Игра «Мы веселые ребята». Прыжки со скакалкой.	Игра. Прыжки.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/conspect/
4	Игра «Гуси- лебеди». Преодоление полосы препятствий с элементами перелезания.	Игра. Игровые упражнения	1	https://infourok.ru/preodolenie-polosi-prepyatstviy-s-elementami-lazanya-i-perelezaniya-perepolzaniya-peredvizhenie-po-naklonnoy-gimnasticheskoy-ska-1629746.html
5	Соревнование скороходов. Передвижение по гимнастической стенке.	Игровые упражнения	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/conspect/189583/
6	Разминка со стихотворным сопровождением и в движении. Игра «Волк во рву». Акробатические упражнения: перекаты.	Игра. Акробатичес-кие упражнения.	1	https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizicheskoy-kulturi-klass-gimnastika-s-elementami-akrobatiki-perekati-3548140.html

7	Игра «К своим флажкам». Акробатические упражнения. Техника выполнения перекатов.	Игра. Акробатичес-кие упражнения.	1	https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizicheskoy-kulturi-klass-gimnastika-s-elementami-akrobatiki-perekati-3548140.html
8	Разновидности бросков мяча одной рукой. Метание малого мяча на дальность. Подвижная игра «Осада города».	Игра. Метание мяча.	1	https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-po-fk-razdel-lyogkaya-atletika-dlya-klassa-tema-metanie-malogo-myacha-na-dalnost-ku-3931630.html
9	Подвижная игра «Альпинисты». Лазание по гимнастической стенке.	Лазание по гимнастической стенке. Игра.	1	https://infourok.ru/klass-lazane-po-gimnasticheskoy-stenke-1513055.html
10	Эстафета с мячами.	Эстафета	1	https://ped-kopilka.ru/blogs/blog81123/prazdnichnye-yestafety-v-1-yh-klasah.html
11	Игра «Птицы и клетка». Гимнастические упражнения: стойка на лопатках, «мост».	Игра. Гимнастичес-кие упражнения	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5745/conspect/223821/
12	Передвижение шагом, бегом, прыжками по сигналу. Подвижная игра «День и ночь».	Игра. Разные виды передвижения.	1	
	Игры на развитие двигательных качеств (21 ч.)			
13	Перенос тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении). Техника ступающего шага на лыжах. Игра «Эстафета зверей».	Передвиже-ние на лыжах.	1	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizicheskoy-kulturi-tehnika-stupayuschego-shaga-s-palkami-na-lizhah-klass-1529235.html
14	Техника поворота переступанием вокруг пяток лыж. Ступающий шаг на лыжах. Игра «Стой!»	Передвиже-ние на лыжах. Повороты. Игра.	1	https://mydocx.ru/1-14338.html
15	Техника скользящего шага на лыжах без палок. Игра «Паровозик».	Передвиже-ние на лыжах. Игра.	1	https://uchitelya.com/fizkultura/7453-prezentaciya-tehnika-skolzyaschego-shaga-bez-palok-spuski-i-podemy-s-pologogo-sklona.html
16	Техника спуска в основной стойке на лыжах без палок. Игра «Схвати флажок»	Спуск на лыжах. Игра.	1	https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/urok_v_1_klassie_pieriedvizhieniie_na_lyzhakh_stupaiushchim_i_skol_ziashchim_sha
17	Техника подъема ступающим и скользящим шагом на лыжах без палок. Игра «Совушка»	Подъём на лыжах. Игра.	1	https://uchitelya.com/fizkultura/42167-konspekt-uroka-tehnika-podema-stupayuschim-i-

				skolzyaschim-shagom-na-lyzhah-bez-palok-1-klass.html
18	Техника торможения падением на лыжах. Эстафеты в передвижении на лыжах.	Торможение на лыжах. Игра.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-lizhnoy-podgotovke-obuchenie-tehnike-peredvizheniya-1715022.html
19	Движение на лыжах змейкой. Подвижная игра «Юла».	Передвиже-ние на лыжах. Игра.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-lizhnaya-podgotovka-klass-3531647.html
20	Эстафета со скакалками	Эстафета	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-igra-na-skakalke-dlya-1-klassa-4227037.html
21	Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Упражнения со скакалками.	Гимнастичес-кие упражнения. Упражнения со скакалками.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-klass-gimnastika-916950.html
22	Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу. Игра «Стрелки»	Игра.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-futbol-1-4-klassy-4174545.html
23	Упражнение на внимание. Подвижная игра «Вышибалы маленькими мячами». Броски и ловля мяча в парах.	Упражнение на внимание. Подвижная игра.	1	
24	Баскетбол. Ведение мяча на месте и в движении. Игра «Воробьи и вороны»	Игра	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kultura-na-temu-basketbol-v-mladshih-klassah-klass-3942506.html
25	Баскетбол: броски мяча в корзину. Броски мяча в кольцо способом «снизу». Игра «Салки»	Игра	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kultura-na-temu-basketbol-v-mladshih-klassah-klass-3942506.html
26	Прыжки с продвижением вперед, с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте.	Прыжки	1	
27	Упражнение на выносливость – вис на перекладине.	Упражнение на выносливость.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-k-oflajn-uroku-1-klass-na-temu-uprazhneniya-na-perekladine-4686368.html

28	Техника прыжка в длину с места. Эстафета «Кенгуру»	Прыжок в длину с места. Эстафета.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhok-v-dlinu-s-mesta-klass-2869743.html
29	Бег врассыпную. Упражнение на равновесие. Подвижная игра «Сторож и воробьи».	Упражнение на равновесие. Игра.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-gimnastiki-1-klass-uprazhneniya-v-ravnovesii-uprazhneniya-v-lazanii-po-gimnasticheskoj-skame-6115258.html
30	Тестирование в наклоне вперед из положения стоя. Игра «Мишки и шишки»»	Тестирование. Игра.	1	
31	Баскетбольные упражнения: броски мяча в корзину. Игра-эстафета «Гонка мячей в колоннах».	Баскетбольные упражнения. Игра.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-broski-myacha-v-basketbole-622964.html
32	Ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой.	Разные виды ходьбы.	1	https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/60158-prezentaciya-osanka-v-zhizni-cheloveka-1-klass.html
33	Беседа о закаливании, поведении у воды летом. Подвижные игры.	Беседа. Игра.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-dlya-uchashihsya-nachalnyh-klassov-na-temu-pravila-bezopasnogo-povedeniya-letom-na-vode-5085213.html
	Итого:		***33 ч.***	

Тематическое планирование. 2 класс

№ п/п	Раздел (количество часов) Тема занятия	Форма проведения занятия	Количество часов, отводимых на изучение темы	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи (6 часов)				
1	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками».	Беседа: «Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения	1	https://uchitelya.com/fizkultura/8088-konspekt-uroka-dlya-2-klassa-podvizhnye-igry.html

2	Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны» «Запомни- порядок»	«Беседа о гигиене» Правила игр.	1	https://www.art-talant.org/publikacii/17396-prezentaciya-na-temu-gigiena-i-zdorovye
3	Игры на развитие памяти.	Игры «Художник» « Все помню»	1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/igra/interaktivnaja_igra_trenazhjor_na_vnimanie_v_derevne/217-1-0-78908
4	Игры на развитие воображения.	Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». Ору с использованием скороговорок.	1	http://www.myshared.ru/slide/244836
5	Игры на развитие памяти	«Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2020/01/19/igry-i-uprazhneniya-sposobstvuyushchie-razvitiyu-pamyati
6	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Угадай, чей голосок»», «Определим игрушку».	1	https://nsportal.ru/shkola/korrektsionnaya-pedagogika/library/2016/09/03/uprazhneniya-dlya-razvitiya-slovesno
Народные игры (6 часов)				
7	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	1	https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2022/11/28/kartoteka-russkih-narodnyh-igr
8	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	1	https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2022/11/28/kartoteka-russkih-narodnyh-igr
9	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.	1	https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2022/11/28/kartoteka-russkih-narodnyh-igr
10	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	1	https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2022/11/28/kartoteka-russkih-narodnyh-igr

11	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротитель зверей»	Правила игры. Проведение игры.	1	https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2022/11/28/kartoteka-russkih-narodnyh-igr
12	Русская народная игра « Удар по веревочке»	Правила игры. Проведение игры.	1	https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2022/11/28/kartoteka-russkih-narodnyh-igr
Подвижные игры (15 часов)				
13	Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо….». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и проведение игр	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2015/10/25/konspekt-otkrytogo-zanyatiya-chtob-zdorovymi
14	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами	1	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/09/12/utrennyaya-gimnastika-dlya-mladshikh-shkolnikov
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила, быстрота, ловкость.	1	https://uchitelya.com/fizkultura/8088-konspekt-uroka-dlya-2-klassa-podvizhnye-igry.html
16	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два.	1	https://yandex.ru/search/?text=презентация++Комплекс+ОРУ+с+мячом.+строевые+упражнения+с+перестроением+из+колонны+по+одному+в+колонну+по+два.&lr=100805&clid=2379693-997&win=508&suggest_reqid=48607084016412091902412021133773 2
17	Весёлые старты со скакалкой.	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.	1	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2022/08/24/estafety-so-skakalkoy
18	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.	1	https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2021/02/07

				/kartoteka-podvizhnyh-igr-s-myachom
19	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	Проведение игры. Формирование правильной осанки	1	https://uteka.ru/articles/sovety/pravila-dlya--osanki/
20	Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»	Правила игры. Проведение игры.	1	https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/06/26/podvizhnye-igry-s-pryzhkami
21	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	1	http://vashechudo.ru/ игры зимой
22	Эстафеты с санками и лыжами	Проведение зимних эстафет.	1	http://vashechudo.ru/ игры зимой
23	Игры на лыжах «Биатлон»	Правила игры. Проведение игры.	1	http://vashechudo.ru/ игры зимой
24	Игры зимой: «Охота на куропаток»	Игры со скакалкой, мячом.	1	http://vashechudo.ru/ игры зимой
25	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.	1	https://multiurok.ru/files/metodicheskoe-posobie-stroevye-uprazhneniia.html
26	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	1	
27	Игра «Прыгай через ров»	Совершенствование координации движений.	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2023/06/15/ritmika-i-ee-rol-v-razvitii-koordinatsionno-dvigatelnyh
Спортивные игры				
28	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	1	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/09/26/prezentatsiya-na-temu-futbol

29	Футбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.	1	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/09/26/prezentatsiya-na-temu-futbol
Спортивные праздники				
30	Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2019/02/16/vneklassnoe-sportivnoe-meropriyatie-dlya-2-klassa
31	Олимпийские игры	Эстафеты с предметами	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2014/11/08/olimpiyskie-igry
32	Большие гонки	Эстафеты с предметами и без	1	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/05/16/veselye-starty-bolshie-gonki-dlya-obuchayushchikhsya-1
33	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»	Эстафеты с надувными шарами	1	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/stsenarii-prazdnikov/2020/03/05/stsenariy-sportivno-igrovoy-programmy-festival
34	Игры по выбору детей	По желанию детей	1	
	Итого:		34 часа	

Материально – техническое обеспечение

Спортивный инвентарь:

- мячи разных размеров
- кегли
- обручи
- скакалки
- набивные мячи

Учебно-методическое обеспечение и материально - техническое обеспечение.

1.Степанова О.А. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Баласс, 2012 г.

2. В.И.Лях. Комплексная программа физического воспитания 1 – 4 классы Москва, «Просвещение», 2007

3. Сборник нормативных документов Физическая культура, Москва, Дрофа, 2004

4.А. Ю. Патрекеев. Подвижные игры, - издательство «ВАКО», 2007

5. И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова. Здоровьесберегающие технологии, Москва, Илекса,2004