

ЧАСТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "АНГЛИЙСКАЯ ШКОЛА "СЕМЬЯ"



СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 12.01 2026г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Приказ № 1 от 12.01 2026 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для обучающихся 1– 3 классов

Пояснительная записка

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательную организацию создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. 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; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны младшему школьнику. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.

Курс разработан в рамках спортивно-оздоровительного направления с целью дополнить учебные часы уроков физической культуры, акцент на подвижные игры сделан исходя из возможностей Школы.

Из авторских программ взяты разделы и темы, наиболее полно отражающие цель и задачи и содержание курса «Подвижные игры».

Цели курса:

создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья посредством подвижной игры.

Задачи курса:

обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;

познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

организовать профилактику вредных привычек;

воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням;

развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;

воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Формы проведения занятий: беседа, рассказ, демонстрация, игры, упражнения, соревнования, эстафеты, конкурсы.

На изучение курса отведено 97 часов: в 1 классе – 29 часов, в 2-3 классах – по 34 часа, урок проводится 1 раз в неделю.

Содержание курса внеурочной деятельности

1 класс

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия в форме беседы, рассказа).

Игры с бегом

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «У медведя во бору».

Комплекс ОРУ в движении «Палочка - выручалочка». Игра «Фигуры».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Филин и пташки».

Упражнения с предметами. Игра «Гуси – лебеди».

Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

Игры с мячом

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом. Игра «Мячик». Игра «Принеси мяч».

Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Бегуны и метатели».

Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Блуждающий мяч».

Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «К своим флажкам».

Игра с прыжками

Теория. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ «Мышеловка».

Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».

Комплекс ОРУ с короткими скакалками. Игра «Зеркало».

Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики».

Игры малой подвижности

Теория. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

Практические занятия:

Комплекс специальных упражнений. Игра «Альпинисты».

Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Поезд».

Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Копна – тропинка – кочки».

Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «Совушка». Игра «Карлики и великаны».

Зимние забавы

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

Практические занятия:

Игра «Гонки снежных комков».

Игра «Клуб ледяных инженеров».

Игра «Гонка с шайбами».

Эстафеты

Теория. Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

Практические занятия:

Беговая эстафета.

Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками).

Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

Народные игры

Теория. Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра «Ловишка в кругу»

Разучивание народных игр. Игра «Колдунчики»

Разучивание народных игр. Игра «Собери урожай»

Разучивание народных игр. Игра «С мячом».

2 класс

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия в форме беседы, рассказа).

Игры с бегом

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

Практические занятия:

Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Вороны и воробьи»

Комплекс ОРУ в движении. Игра «День и ночь».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место».

Упражнения с предметами. Игра «Невод».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Воробьи-попрыгунчики».

Игры с прыжками

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге».

Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Кто выше».

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Пингвины с мячом».

Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку».

Игры с мячом

Теория. Правила безопасного поведения при играх с мячом.

Практические занятия:

Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись».

Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча.

Игра «Охотники и утки».

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. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

Игры малой подвижности

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

Практические занятия:

Комплекс специальных упражнений. Игра «Змейка».

Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Ручеек».

Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы».

Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «На новое место».

Зимние забавы

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

Практические занятия:

Игра «Лепим снежную бабу».

Игра «Лепим сказочных героев».

Игра «Санные поезда».

Игра «Езда на перекладных».

Эстафеты

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

Практические занятия:

Веселые старты.

Эстафеты Бег сороконожек.

Эстафеты «Рак пятится назад».

Эстафеты «Вьюны».

Эстафеты «На новое место».

Народные игры

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

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра «Бегунок».

Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка».

Разучивание народных игр. Игра «Котел».

Разучивание народных игр. Игра «Дедушка – сапожник».

3 класс

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия в форме беседы, рассказа).

Игры с бегом

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

Практические занятия:

Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Челнок».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место».

Комплекс ОУР в движении. «Круговые пятнашки».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Много троих, хватит двоих.

Игры с мячом

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху».

Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча».

Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Защищай город».

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Русская лапта».

Игры с прыжками

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот».

Комплекс ОРУ. Игра «Лошадки».

Комплекс ОРУ. Игра «Борьба за прыжки».

Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге».

Игры малой подвижности

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Перемена мест».

Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.

Игра «Море волнуется».

Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка».

Комплекс ОРУ. Игра «Краски».

Зимние забавы

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

Практические занятия:

Игра «Строим крепость».

Игра «Взятие снежного городка».

Игра «Лепим снеговика».

Эстафеты

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Практические занятия:

Эстафеты «Мяч среднему», «Челночный бег», «Шарик в ложке», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать».

Народные игры

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

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра «Горелки».

Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди».

Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы».

Разучивание народных игр. Игра «Мишени».

Планируемые результаты курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

установка на безопасный, здоровый образ жизни;

потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;

этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа;

основные нормы гигиены;

ценностное отношение к своему здоровью;

бесконфликтное поведения;

уважительное отношение к культуре других народов;

ценностных отношений к здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре;

установки на здоровый образ жизни и реализации в реальном поведении и поступках;

первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.

Метапредметные результаты

Регулятивные универсальные учебные действия:

понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;

осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;

проявлять познавательную инициативу;

учитывать выделенные учителем ориентиры действия в незнакомой ситуации.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

работать в группе, обращаться за помощью;
формулировать свои затруднения;
предлагать помощь и сотрудничество;
слушать собеседника;
формулировать собственное мнение и позицию;
осуществлять взаимный контроль.

Познавательные универсальные учебные действия

проводить сравнение и классификацию объектов;
понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
проявлять индивидуальные творческие способности;
приобретать знания об основах здорового образа жизни;
строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.

Предметные результаты

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;

играть в подвижные игры;

соблюдать правила игры;

играть в народные игры;

физическим упражнениям на укрепление здоровья и повышением физической подготовленности;

применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;
 применять игры самостоятельно;
 соблюдать правила игры;
 организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
 работать в коллективе.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов/тем	Кол- во часов	Возможность использования ЭОР
	1 класс	29	
1.	Игры с бегом	5	https://resh.edu.ru
2.	Игры с мячом	5	https://resh.edu.ru
3.	Игры с прыжками	5	https://resh.edu.ru
4.	Игры малой подвижности	5	https://resh.edu.ru
5.	Зимние забавы	3	https://resh.edu.ru
6.	Эстафеты	3	https://resh.edu.ru
7.	Народные игры	3	https://resh.edu.ru

№ п/п	Наименование разделов/тем	Кол- во часов	Возможность использования ЭОР
	2 класс	34	
1.	Игры с бегом	6	https://resh.edu.ru
2.	Игры с прыжками	4	https://resh.edu.ru
3.	Игры с мячом	6	https://resh.edu.ru
4.	Игры малой подвижности	4	https://resh.edu.ru
5.	Зимние забавы	4	https://resh.edu.ru
6.	Эстафеты	5	https://resh.edu.ru
7.	Народные игры	5	https://resh.edu.ru

№ п/п	Наименование разделов/тем	Кол- во часов	Возможность использования ЭОР
	3 класс	34	
1.	Игры с бегом	5	https://resh.edu.ru
2.	Игры с мячом	5	https://resh.edu.ru
3.	Игры с прыжками	5	https://resh.edu.ru
4.	Игры малой подвижности	6	https://resh.edu.ru
5.	Зимние забавы	3	https://resh.edu.ru
6.	Эстафеты	6	https://resh.edu.ru

7.	Народные игры	4	https://resh.edu.ru
----	---------------	---	---

Поурочное планирование

№ п/п	Наименование разделов/тем	Кол- во часов	Возможность использования ЭОР
	1 класс	29	
1	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «У медведя во бору»	1	https://resh.edu.ru
2	Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Комплекс ОРУ в движении «Палочка - выручалочка». Игра «Фигуры»	1	https://resh.edu.ru
3	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Филин и пташки»	1	https://resh.edu.ru
4	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Упражнения с предметами. Игра «Гуси – лебеди»	1	https://resh.edu.ru
5	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Шишки, жёлуди, орехи»	1	https://resh.edu.ru
6	История возникновения игр с мячом. Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом. Игра «Мячик»	1	https://resh.edu.ru
7	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ с мячом. Игра «Принеси мяч»	1	https://resh.edu.ru
8	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Бегуны и метатели»	1	https://resh.edu.ru
9	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Блуждающий мяч»	1	https://resh.edu.ru
10	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «К своим флажкам»	1	https://resh.edu.ru
11	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Профилактика детского травматизма.	1	https://resh.edu.ru

	Комплекс ОРУ «Мышеловка»		
12	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка»	1	https://resh.edu.ru
13	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Последовательность обучения прыжкам. Комплекс упражнений с длинной скакалкой Игра «Удочка»	1	https://resh.edu.ru
14	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ с короткими скакалками. Игра «Зеркало»	1	https://resh.edu.ru
15	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики»	1	https://resh.edu.ru
16	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Комплекс специальных упражнений. Игра «Альпинисты»	1	https://resh.edu.ru
17	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Упражнения для формирования правильной осанки. Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Поезд»	1	https://resh.edu.ru
18	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Упражнения для укрепления мышечного корсета. Игра «Совушка»	1	https://resh.edu.ru
19	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Копна – тропинка – кочки»	1	https://resh.edu.ru
20	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Карлики и великаны»	1	https://resh.edu.ru
21	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Закаливание и его влияние на организм. Игра «Гонки снежных комков»	1	https://resh.edu.ru
22	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Первая помощь при обморожении. Игра «Клуб ледяных инженеров»	1	https://resh.edu.ru
23	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Игра «Гонка с шайбами»	1	https://resh.edu.ru
24	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Знакомство с правилами проведения эстафет. Беговая эстафета	1	https://resh.edu.ru
25	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Профилактика детского травматизма.	1	https://resh.edu.ru

	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)		
26	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	1	https://resh.edu.ru
27	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Народные игры – основа игровой культуры. Игра «Ловишка в кругу»	1	https://resh.edu.ru
28	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Роль и место игры в жизни людей. Игра «Колдунчики»	1	https://resh.edu.ru
29	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Игра «Собери урожай», «С мячом»	1	https://resh.edu.ru

№ п/п	Наименование разделов/тем	Кол- во часов	Возможность использования ЭОР
	2 класс	34	
1	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Вороны и воробьи»	1	https://resh.edu.ru
2	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Техника бега с ускорением. Комплекс ОРУ в движении. Игра «День и ночь»	1	https://resh.edu.ru
3	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Техника равномерного бега. Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»	1	https://resh.edu.ru
4	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Пустое место»	1	https://resh.edu.ru
5	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Упражнения с предметами. Игра «Невод»	1	https://resh.edu.ru
6	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ на месте. Игра «Воробьи-попрыгунчики»	1	https://resh.edu.ru
7	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге»	1	https://resh.edu.ru
8	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Профилактика детского травматизма. Комплекс упражнений с длинной скакалкой.	1	https://resh.edu.ru

	Игра «Кто выше»		
9	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой. Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Пингвины с мячом»	1	https://resh.edu.ru
10	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку»	1	https://resh.edu.ru
11	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила безопасного поведения при играх с мячом. Игра «Скорый поезд»	1	https://resh.edu.ru
12	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись»	1	https://resh.edu.ru
13	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки»	1	https://resh.edu.ru
14	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад»	1	https://resh.edu.ru
15	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Не упусти мяч»	1	https://resh.edu.ru
16	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий»	1	https://resh.edu.ru
17	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности. Комплекс специальных упражнений. Игра «Змейка»	1	https://resh.edu.ru
18	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Ручеек»	1	https://resh.edu.ru
19	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы»	1	https://resh.edu.ru
20	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «На новое место»	1	https://resh.edu.ru
21	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Закаливание и его влияние на организм. Игра «Лепим снежную бабу»	1	https://resh.edu.ru
22	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила безопасного поведения при	1	https://resh.edu.ru

	катании на санках. Игра «Санные поезда»		
23	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Игра «Лепим сказочных героев»	1	https://resh.edu.ru
24	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Игра «Езда на перекладных»	1	https://resh.edu.ru
25	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Веселые старты	1	https://resh.edu.ru
26	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Способы деления на команды. Эстафеты Бег сороконожек	1	https://resh.edu.ru
27	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Считалки. Эстафеты «Рак пятится назад»	1	https://resh.edu.ru
28	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Эстафеты «Вьюны»	1	https://resh.edu.ru
29	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Эстафеты «На новое место»	1	https://resh.edu.ru
30	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. История изучения и организации игр. Игра «Бегунок»	1	https://resh.edu.ru
31	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология. Игра «Верёвочка»	1	https://resh.edu.ru
32	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Игра «Котел»	1	https://resh.edu.ru
33	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Игра «Дедушка – сапожник»	1	https://resh.edu.ru
34	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Игра «Калин – бан – ба»	1	https://resh.edu.ru

№ п/п	Наименование разделов/тем	Кол- во часов	Возможность использования ЭОР
	3 класс	34	
1	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила техники безопасности. Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Челнок»	1	https://resh.edu.ru
2	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Значение бега в жизни человека и животных. Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место»	1	https://resh.edu.ru
3	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Лучшие легкоатлеты страны, региона, школы. Комплекс ОУР в движении. Игра «Круговые пятнашки»	1	https://resh.edu.ru

4	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Много троих, хватит двоих»	1	https://resh.edu.ru
5	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?»	1	https://resh.edu.ru
6	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила техники безопасности при игре с мячом. Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху»	1	https://resh.edu.ru
7	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»	1	https://resh.edu.ru
8	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Защищай город»	1	https://resh.edu.ru
9	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Русская лапта»	1	https://resh.edu.ru
10	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ с мячом игра «Мяч по полу»	1	https://resh.edu.ru
11	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила техники безопасности при игре с прыжками. Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот»	1	https://resh.edu.ru
12	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Для чего человеку важно уметь прыгать. Комплекс ОРУ. Игра «Лошадки»	1	https://resh.edu.ru
13	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Виды прыжков. Комплекс ОРУ. Игра «Борьба за прыжки»	1	https://resh.edu.ru
14	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Разучивание считалок. Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге»	1	https://resh.edu.ru
15	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробушки»	1	https://resh.edu.ru
16	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Знакомство с играми на внимательность. Игра «Перемена мест»	1	https://resh.edu.ru
17	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит»	1	https://resh.edu.ru
18	Формирование системы элементарных знаний о	1	https://resh.edu.ru

	ЗОЖ. Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игра «Море волнуется»		
19	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка»	1	https://resh.edu.ru
20	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Комплекс ОРУ. Игра «Краски»	1	https://resh.edu.ru
21	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Копна – тропинка – кочки»	1	https://resh.edu.ru
22	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Правила техники безопасности зимой. Беседа о закаливании. Игра «Строим крепость»	1	https://resh.edu.ru
23	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Осторожно лед. Игра «Взятие снежного городка»	1	https://resh.edu.ru
24	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Загадки и пословицы о зиме. Игра «Лепим снеговика»	1	https://resh.edu.ru
25	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Значение слова эстафета. Эстафеты «Мяч среднему»	1	https://resh.edu.ru
26	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Разбивание разными способами команд на группы. Эстафеты «Челночный бег»	1	https://resh.edu.ru
27	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Эстафеты «Шарик в ложке»	1	https://resh.edu.ru
28	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Эстафеты «Кати большой мяч впереди себя»	1	https://resh.edu.ru
29	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Эстафеты «Нитки наматывать»	1	https://resh.edu.ru
30	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	1	https://resh.edu.ru
31	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Материальная и духовная игровая культура. Игра «Горелки»	1	https://resh.edu.ru
32	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Организация и проведение игр на праздниках. Игра «Гуси - лебеди»	1	https://resh.edu.ru
33	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Игра «Мотальщицы»	1	https://resh.edu.ru
34	Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ. Игра «Мишени»	1	https://resh.edu.ru

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

1. Былеева Л.В. Подвижные игры. Учебное пособие физической культуры.
2. «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры.
3. «Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения.