***Приложение №1***

***к адаптированной основной образовательное программе***

 ***начального общего образования***

***Рабочая программа***

***курса внеурочной деятельности***

***«Разговор о правильном питании»***

***для 1-4 классов***

Срок реализации программы: 5 **лет**

**1.Пояснительная записка**

Программа «Подвижные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность, составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ОВЗ, примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с ЗПР (вариант 7.2.).

Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младших школьников.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития.

Овладение учебными предметами представляет сложность для учащихся с (ЗПР). Это связано с недостатками фонематического восприятия, непониманием содержания звучащей речи, бедностью словаря, трудностями порождения связного высказывания, несовершенством навыков чтения, несформированностью основных мыслительных операций. Детям с ЗПР свойственна пониженная работоспособность, неустойчивость внимания. У многих детей наблюдаются трудности с восприятием. Это говорит о недостаточности, ограниченности фрагментарности знаний ребенка об окружающем мире. Это обусловлено тем, что его восприятие неполноценно и не обеспечивает достаточной информацией. Отставание в развитии зрительного восприятия является одной из причин трудности в обучении. Серьезный недостаток восприятия – это значительная замедленность процесса переработки информации. Недостаток восприятия затрудняет обучение.

Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

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

Актуальность данной программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания. Программа актуальна в рамках реализации ФГОС.

Новизна данной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия народов Поволжья (русских, казахов, чувашей, мордвы, татар, немцев).

Элементы данной программы присутствуют в таких разделах государственной программы, как «Окружающий мир», «Математика», «Литературное чтение», «Русский язык».

**Цель программы** сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной игры.

**Задачи программы**

Коррекционно-образовательные:

* Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;  Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;  Формирование интереса к народному творчеству народов Поволжья.
* Расширение кругозора младших школьников.

Коррекционно-развивающие:

* Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;
* Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
* Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
* Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Коррекционно-воспитательные:

* Воспитание чувства коллективизма;
* Формирование установки на здоровый образ жизни;
* Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

***2.*Общая характеристика курса**

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям 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, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

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

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учащихся, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего учащегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего потенциала.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры учащиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

1. **Описание места учебного предмета**

Рабочая программа составлена на 34 часа (1 час в неделю). В соответствии с АООП НОО длительность уроков в первом полугодии для 1-го и 1 –го дополнительного класса составляет 35 минут, во втором - 40 минут. Во 2-4 классах – 40 минут.

1. **Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира - частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности - любви.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма - одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

**5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения коррекционного курса** ***Метапредметные результаты:***

* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования,

организации места занятий;

* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
* управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
* представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
* организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
* взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
* находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
* выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
* применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

***Личностные результаты:***

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

Воспитательные результаты игровой деятельности школьников распределяются по трем уровням.

* 1. **Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):** приобретение школьником знаний о правилах ведения социальной коммуникации; о принятых в обществе нормах отношения к другим людям, рисках и угрозах нарушения этих норм; о правилах конструктивной групповой работы; о способах организации взаимодействия людей и общностей; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.
	2. **Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):** развитие ценностных отношений школьника к другому человеку как таковому (гуманность), как Другому (альтруизм), как Иному (толерантность); стремления к свободному, открытому общению в позиционных общностях.
	3. **Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):** приобретение школьником опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими учащимися; опыта управления коммуникацией с другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей; опыта позиционного самоопределения в открытой общественной среде; опыта волонтерской (добровольческой) деятельности.

 **6. Содержание курса внеурочной деятельности**

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

**«Русские народные игры»** включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.

**«Игры различных народов».** Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.

**«Подвижные игры».** Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.

**«Эстафеты».** Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Такое распределение изучения игр позволяет учителю следовать от простого к сложному, а детям - знакомиться с играми, которые соответствуют их возрастным способностям.

 **7. Тематическое планирование**

**Содержание учебного предмета**

**1 класс (33 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы** | **Кол-во часов** |
| 1 | Русские народные игры | 8 |
| 2 | Подвижные игры | 17 |
| 3 | Эстафеты | 8 |
|  | Итого | 33 |

**1 класс (33 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Форма организации деятельности** |
| 1 | Подвижная игра "Ловишки". | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. |
| 2 | Подвижная игра "Ловишки"."Быстро встань в колонну" | 1 | Игровое упражнение |
| 3 | Русская народная игра «Горелки», подвижная игра "Жмурки" | 1 | Игра малой подвижности |
| 4 | Русская народная игра «Салки». Подвижная игра "Совушка". | 1 | Беседа «Возникновение подвижных игр» |
| 5 | "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники". | 1 | Игровое упражнение |
| 6 | Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо". | 1 | Игровое упражнение |
| 7 | Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне". | 1 | Игровое упражнение |
| 8 | Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо". | 1 | Игра малой подвижности |
| 9 | Подвижная игра "Жмурки", «Летает, не летает". | 1 | Игра малой подвижности |
| 10 | Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка". | 1 | Игровое упражнение |
| 11 | Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры". | 1 | Игровое упражнение |
| 12 | Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок". | 1 | Игра малой подвижности |
| 13 | Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?". | 1 | Игра малой подвижности |
| 14 | Подвижная игра "Ключи", игра "Кто ушел?". | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 15 | Подвижная игра "Кого назвали, тот ловит", "Воротца". | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 16 | Подвижная игра "Воробьи и кошка". | 1 | Игра малой подвижности |
| 17 | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему". | 1 | Игра малой подвижности |
| 18 | Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч". | 1 | Игра малой подвижности |
| 19 | Веселые старты.  Игра "Кто быстрее?". | 1 | Беседа: «Основы строения и функций организма» |
| 20 | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод". | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. |
| 21 | Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры". | 1 | Игра средней интенсивности |
| 22 | Подвижная игра "Ключи". | 1 | Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». |
| 23 | Подвижная игра "Хитрая лиса". | 1 | Игровое упражнение |
| 24 | Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает". | 1 | Игровое упражнение |
| 25 | Подвижная игра "Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает". | 1 | Игровое упражнение |
| 26 | Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне". | 1 | Эстафета |
| 27 | Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо". | 1 | Игра малой подвижности |
| 27 |  Подвижная игра "Воробьи и кошка" | 1 | Игра малой подвижности |
| 28 | Подвижная игра "Мяч в воздухе". | 1 | Игра малой подвижности |
| 26 | Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Кто ушел?". | 1 | Игровое упражнение |
| 27 | Подвижная игра "Медведи и пчелы", "Воротца". | 1 | Игровое упражнение |
| 27 | Подвижная игра "Медведи и пчелы "Угадай, чей голосок". | 1 | Игровое упражнение |
| 28 | Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники". | 1 | Эстафета |
| 29 | Подвижная игра "Совушка", "Угадай, чей голосок". | 1 | Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». |
| 30 | Подвижная игра "Карусель» | 1 | Эстафета с мячом. |
| 31 | Подвижная игра ""Волк на рву". | 1 | Игровое упражнение |
| 32 | Подвижная игра "Удочка", "Мяч водящему". | 1 | Игра малой подвижности |
| 33 | Подвижная игра "Медведь и пчелы", игра "Мяч в воздухе". | 1 | Игровое упражнение |

**Содержание учебного предмета**

**1 дополнительный класс (33 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы** | **Кол-во часов** |
| 1 | Русские народные игры | 8 |
| 2 | Подвижные игры | 17 |
| 3 | Эстафеты | 8 |
|  | Итого | 33 |

**1 дополнительный класс (33 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Форма организации деятельности** |
| 1 | Подвижная игра "Ловишки". | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. |
| 2 | Подвижная игра "Ловишки"."Быстро встань в колонну" | 1 | Игровое упражнение |
| 3 | Русская народная игра «Горелки», подвижная игра "Жмурки" | 1 | Игра малой подвижности |
| 4 | Русская народная игра «Салки». Подвижная игра "Совушка". | 1 | Беседа «Возникновение подвижных игр» |
| 5 | "Передал - садись", подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Затейники". | 1 | Игровое упражнение |
| 6 | Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо". | 1 | Игровое упражнение |
| 7 | Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне". | 1 | Игровое упражнение |
| 8 | Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо". | 1 | Игра малой подвижности |
| 9 | Подвижная игра "Жмурки", «Летает, не летает". | 1 | Игра малой подвижности |
| 10 | Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка". | 1 | Игровое упражнение |
| 11 | Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры". | 1 | Игровое упражнение |
| 12 | Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок". | 1 | Игра малой подвижности |
| 13 | Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?". | 1 | Игра малой подвижности |
| 14 | Подвижная игра "Ключи", игра "Кто ушел?". | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 15 | Подвижная игра "Кого назвали, тот ловит", "Воротца". | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 16 | Подвижная игра "Воробьи и кошка". | 1 | Игра малой подвижности |
| 17 | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему". | 1 | Игра малой подвижности |
| 18 | Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч". | 1 | Игра малой подвижности |
| 19 | Веселые старты.  Игра "Кто быстрее?". | 1 | Беседа: «Основы строения и функций организма» |
| 20 | Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод". | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. |
| 21 | Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры". | 1 | Игра средней интенсивности |
| 22 | Подвижная игра "Ключи". | 1 | Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». |
| 23 | Подвижная игра "Хитрая лиса". | 1 | Игровое упражнение |
| 24 | Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает". | 1 | Игровое упражнение |
| 25 | Подвижная игра "Кого назвали, тот и ловит", "Летает, не летает". | 1 | Игровое упражнение |
| 26 | Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне". | 1 | Эстафета |
| 27 | Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо". | 1 | Игра малой подвижности |
| 27 |  Подвижная игра "Воробьи и кошка" | 1 | Игра малой подвижности |
| 28 | Подвижная игра "Мяч в воздухе". | 1 | Игра малой подвижности |
| 26 | Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Кто ушел?". | 1 | Игровое упражнение |
| 27 | Подвижная игра "Медведи и пчелы", "Воротца". | 1 | Игровое упражнение |
| 27 | Подвижная игра "Медведи и пчелы "Угадай, чей голосок". | 1 | Игровое упражнение |
| 28 | Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники". | 1 | Эстафета |
| 29 | Подвижная игра "Совушка", "Угадай, чей голосок". | 1 | Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». |
| 30 | Подвижная игра "Карусель» | 1 | Эстафета с мячом. |
| 31 | Подвижная игра ""Волк на рву". | 1 | Игровое упражнение |
| 32 | Подвижная игра "Удочка", "Мяч водящему". | 1 | Игра малой подвижности |
| 33 | Подвижная игра "Медведь и пчелы", игра "Мяч в воздухе". | 1 | Игровое упражнение |

**Содержание учебного предмета**

**2 класс (34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы** | **Кол-во часов** |
| 1 | Русские народные игры | 11 |
| 2 | Подвижные игры | 8 |
| 3 | Эстафеты | 8 |
| 4 | Игры народов России | 7 |
|  | Итого | 34 |

**Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры»**

**во 2 классе**

**(34 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Форма организации деятельности** |
| 1 | Русская народная игра «Жмурки» | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. |
| 2 | Русская народная игра «Кот и мышь» | 1 | Игровое упражнение |
| 3 | Русская народная игра «Горелки» | 1 | Игра малой подвижности |
| 4 | Русская народная игра «Салки» | 1 | Беседа «Возникновение подвижных игр» |
| 5 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 | Игровое упражнение |
| 6 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 | Игровое упражнение |
| 7 | Русская народная игра «Фанты» | 1 | Игровое упражнение |
| 8 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 1 | Игра малой подвижности |
| 9 | Русская народная игра «Волк» | 1 | Игра малой подвижности |
| 10 | Русская народная игра «Птицелов» | 1 | Игровое упражнение |
| 11 | Подвижная игра «Совушка» | 1 | Игровое упражнение |
| 12 | Подвижная игра «Мышеловка» | 1 | Игра малой подвижности |
| 13 | Подвижная игра «Пустое место» | 1 | Игра малой подвижности |
| 14 | Подвижная игра «Карусель» | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 15 | Подвижная игра «Кто быстрее?» | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 16 | Подвижная игра «Конники-спортсмены» | 1 | Игра малой подвижности |
| 17 | Подвижная игра «Лягушата и цыплята» | 1 | Игра малой подвижности |
| 18 | Подвижная игра «Карлики и великаны» | 1 | Игра малой подвижности |
| 19 | Эстафета «Передача мяча» | 1 | Беседа: «Основы строения и функций организма» |
| 20 | Эстафета «С мячом» | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. |
| 21 | Эстафета зверей | 1 | Игра средней интенсивности |
| 22 |  Эстафета «Быстрые и ловкие» | 1 | Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде». Эстафета |
| 23 | Эстафета «Вызов номеров» | 1 | Эстафета |
| 24 | Эстафета по кругу | 1 | Эстафета |
| 25 | Эстафета с обручем | 1 | Эстафета |
| 26 | Эстафета со скакалкой | 1 | Эстафета |
| 27 | Русская народная игра «Гори, гори ясно!» | 1 | Игра малой подвижности |
| 27 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 1 | Игра малой подвижности |
| 28 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 1 | Игра малой подвижности |
| 26 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1 | Игровое упражнение |
| 27 | Марийская народная игра «Катание мяча» | 1 | Игровое упражнение |
| 27 | Татарская народная игра «Серый волк» | 1 | Игровое упражнение |
| 28 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 1 | Эстафета |
| 29 | Чувашская игра «Рыбки | 1 | Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». |
| 30 | Русская народная игра «Жмурки» | 1 | Эстафета с мячом. |
| 31 | Русская народная игра «Кот и мышь» | 1 | Игровое упражнение |
| 32 | Русская народная игра «Горелки» | 1 | Игра малой подвижности |
| 33 | Русская народная игра «Салки» | 1 | Игровое упражнение |
| 34 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 |  |

**Содержание учебного предмета**

**3 класс (34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы** | **Кол-во часов** |
| 1 | Русские народные игры | 11 |
| 2 | Эстафеты | 6 |
| 3 | Игры народов России | 17 |
|  | Итого | 34 |

**Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры»**

**в 3 классе**

**(34 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Форма организации деятельности** |
| 1 | Русская народная игра «Краски» | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. |
| 2 | Русская народная игра «Гори, гори ясно» | 1 | Игровое упражнение |
| 3 | Русская народная игра «Ляпка» | 1 | Игра малой подвижности |
| 4 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 1 | Беседа «Возникновение подвижных игр» |
| 5 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 1 | Игровое упражнение |
| 6 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1 | Игровое упражнение |
| 7 | Кабардино-балкарская народная игра «Под буркой» | 1 | Игровое упражнение |
| 8 | Калмыцкие народные игры «Прятки», «Альчик!» | 1 | Игра малой подвижности |
| 9 | Карельские народные игры «Мяч», «Я есть!» | 1 | Игра малой подвижности |
| 10 | Игры народов Коми «Невод», «Стой, олень!» | 1 | Игровое упражнение |
| 11 | Марийская народная игра «Катание мяча» | 1 | Игровое упражнение |
| 12 | Татарская народная игра «Серый волк» | 1 | Игра малой подвижности |
| 13 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 1 | Игра малой подвижности |
| 14 | Удмуртские народные игры «Водяной», «Серый зайка» | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 15 | Чечено-ингушская игра «Чиж» | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 16 | Тувинские народные игры «Стрельба в мишень», «Борьба» | 1 | Игра малой подвижности |
| 17 | Мордовские народные игры «Котел», «Круговой» | 1 | Игра малой подвижности |
| 18 | Северо-осетинская игра «Борьба за флажки» | 1 | Игра малой подвижности |
| 19 | Чувашская игра «Рыбки» | 1 | Беседа: «Основы строения и функций организма» |
| 20 | Игра народов Сибири и Дальнего Востока «Льдинки, ветер и мороз» | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. |
| 21 | Эстафета «Вызов номеров» | 1 | Игра средней интенсивности |
| 22 | Эстафета по кругу | 1 |  Эстафета |
| 23 | Эстафета с обручем | 1 | Эстафета |
| 24 | Эстафета с мячом | 1 | Эстафета |
| 25 | Эстафета «Быстрые и ловкие» | 1 | Эстафета |
| 26 | Эстафета «Встречная» | 1 | Эстафета |
| 27 | Русская народная игра «Салки» | 1 | Игра малой подвижности |
| 27 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 | Игра малой подвижности |
| 28 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 | Игра малой подвижности |
| 26 | Русская народная игра «Фанты» | 1 | Игровое упражнение |
| 27 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 1 | Игровое упражнение |
| 27 | Русская народная игра «Волк» | 1 | Игровое упражнение |
| 28 | Русская народная игра «Птицелов» | 1 | Эстафета |
| 29 | Русская народная игра «Горелки» | 1 | Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи». |
| 30 | Русская народная игра «Краски» | 1 | Эстафета с мячом. |
| 31 | Русская народная игра «Гори, гори ясно» | 1 | Игровое упражнение |
| 32 | Русская народная игра «Ляпка» | 1 | Игра малой подвижности |
| 33 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 1 | Игровое упражнение |
| 34 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 1 | Игровое упражнение |

**Содержание учебного предмета**

**4 класс (34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы** | **Кол-во часов** |
| 1 | Русские народные игры | 19 |
| 2 | Эстафеты | 8 |
| 3 | Игры народов России | 7 |
|  |  Итого | 34 |

 **Календарно-тематическое планирование курсу «Подвижные игры»**

**в 4 классе**

**(34 часа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Форма организации деятельности** |
| 1 | Русская народная игра «Жмурки» | 1 | ТБ при проведении подвижных игр. |
| 2 |  Русская народная игра «Кот и мышь» | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 3 | Русская народная игра «Горелки» | 1 | Игровое упражнение |
| 4 | Русская народная игра «Салки» | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 5 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 | Игра малой подвижности |
| 6 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 7 | Русская народная игра «Фанты» | 1 | Игра малой подвижности |
| 8 | Русская народная игра «Ловушки с приседаниями» | 1 | Игровое упражнение |
| 9 | Русская народная игра «Волк» | 1 | Игровое упражнение |
| 10 | Русская народная игра «Птицелов» | 1 | Игровое упражнение |
| 11 | Русская народная игра «Гори, гори ясно!» | 1 | Игровое упражнение |
| 12 | Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень» | 1 | Игровое упражнение |
| 13 | Бурятская народная игра «Ищем палочку» | 1 | Игровое упражнение |
| 14 | Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок» | 1 | Игровое упражнение |
| 15 | Марийская народная игра «Катание мяча» | 1 | Игровое упражнение |
| 16 | Татарская народная игра «Серый волк» | 1 | Игровое упражнение |
| 17 | Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки» | 1 | Игровое упражнение |
| 18 | Чувашская игра «Рыбки | 1 | Игровое упражнение |
| 19 | Эстафета «Передача мяча» | 1 | Эстафета |
| 20 | Эстафета со скакалкой | 1 | Эстафета |
| 21 | Эстафета «С мячом» | 1 | Эстафета |
| 22 | Эстафета зверей | 1 | Эстафета |
| 23 | Эстафета «Быстрые и ловкие» | 1 | Эстафета |
| 24 | Эстафета «Вызов номеров» | 1 | Эстафета |
| 25 | Эстафета по кругу | 1 | Эстафета |
| 26 | Эстафета с обручем | 1 | Эстафета |
| 27 | Русская народная игра «Салки» | 1 | Игровое упражнение |
| 27 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 | Игра малой подвижности |
| 28 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 29 | Русская народная игра «Краски» | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 30 | Русская народная игра «Гори, гори ясно» | 1 | Игровое упражнение |
| 31 | Русская народная игра «Третий лишний» | 1 | Подвижная игра средней интенсивности |
| 32 | Русская народная игра «Пятнашки» | 1 | Игра малой подвижности |
| 33-34 | Русская народная игра «Охотники и зайцы» | 2 | Игровое упражнение |

**8. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

* Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные
* Палка гимнастическая
* Скакалка детская, мат гимнастический, кегли, обруч детский
* Рулетка измерительная, набор инструментов для подготовки прыжковых ям
* Лыжи детские (с креплениями и палками)

Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».