ПРИНЯТА
Методическим советом
МАОУ «СОШ№11»
от 08.06 2018 г.
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ«СОШ№11
_____ Ткачева Т.И.
приказ № 145 од
от 08.06.2018г.

Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 11»

Рабочая программа предмета
«Подвижные игры»
начального общего образования
1 класс

2018
Усть-Илимск

Рабочая программа по предмету «Подвижные игры» 1 класс разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования МАОУ «СОШ№11»

1. Планируемые результаты

Программа обеспечивает достижение выпускниками начальной школы следующих личностных, метапредметных и предметных результатов..

Личностные результаты:

1 класс.

У обучающегося будут сформированы:

- ✓ положительное отношение к школе, к изучению учебного пред мета;
- ✓ интерес к учебному материалу;
- ✓ представление о причинах успеха в учебе;
- ✓ общее представление о моральных нормах поведения;
- ✓ уважение к мыслям и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- ✓ *начальной стадии внутренней позиции школьника, положительного отношения к школе;*
- ✓ *первоначального представления о знании и незнании;*
- ✓ *понимания значения учебного предмета в жизни человека;*
- ✓ *первоначальной ориентации на оценку результатов собственной учебной деятельности;*
- ✓ *первичных умений оценки ответов одноклассников на основе заданных критериев успешности учебной деятельности.*
- ✓ *осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.*

Метапредметные результаты:

Регулятивные универсальные учебные действия:

1 класс.

Обучающийся научится:

- ✓ принимать учебную задачу, соответствующую этапу обучения;
- ✓ понимать выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале;
- ✓ оценивать совместно с учителем результат своих действий, вносить соответствующие коррективы под руководством учителя
- ✓ в сотрудничестве с учителем находить вариант решения учебной задачи, представленной на наглядно-образном уровне;
- ✓ осуществлять пошаговый контроль своих действий под руководством учителя;

Обучающийся получит возможность научиться:

- ✓ *проговаривать вслух последовательность производимых действий, составляющих основу осваиваемой деятельности;*
- ✓ *осуществлять первоначальный контроль своего участия в доступных видах познавательной деятельности;*
- ✓ *первоначальному умению выполнять учебные действия в устной и письменной речи;*

Познавательные универсальные учебные действия:

1 класс.

Обучающийся научится:

- ✓ ориентироваться в информационном материале учебника, осуществлять поиск необходимой информации при работе с учебником;

- ✓ читать простое схематическое изображение – понимать информацию в знаково-символической форме;
- ✓ использовать рисуночные и простые символические записи к учебному заданию;
- ✓ на основе кодирования строить простейшие модели понятий;
- ✓ проводить сравнение (по одному из оснований, наглядное и по представлению);
- ✓ выделять в явлениях несколько признаков, а также различать существенные и несущественные признаки для изученных понятий данного предмета;
- ✓ под руководством учителя проводить классификацию и сериацию изучаемых объектов;
- ✓ под руководством учителя проводить аналогию;

Обучающийся получит возможность научиться:

- ✓ *строить рассуждения о доступных наглядно воспринимаемых отношениях;*
- ✓ *выделять несколько существенных признаков объектов; под руководством учителя давать характеристики объектам изучаемого предмета на основе их анализа;*
- ✓ *проводить аналоги между изучаемым материалом и собственным опытом.*

Коммуникативные универсальные учебные действия:

1 класс.

Обучающийся научится:

- ✓ принимать участие в работе парами и группами;
- ✓ воспринимать различные точки зрения;
- ✓ воспринимать мнение других людей
- ✓ понимать необходимость использования правил вежливости;
- ✓ использовать простые речевые средства;
- ✓ контролировать свои действия в классе;
- ✓ понимать задаваемые вопросы.

Обучающийся получит возможность научиться:

- ✓ *использовать простые речевые средства для передачи своего мнения;*
- ✓ *следить за действиями других участников учебной деятельности;*
- ✓ *выражать свою точку зрения;*
- ✓ *строить понятные для партнера высказывания;*
- ✓ *адекватно использовать средства устного общения.*

2. Цели и задачи изучения дисциплины:

- ✓ удовлетворить потребность младших школьников в движении,
- ✓ стабилизировать эмоции,
- ✓ научить владеть своим телом,
- ✓ развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данного курса являются:

- ✓ укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- ✓ развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- ✓ развитие сообразительности, творческого воображения;
- ✓ развитие коммуникативных умений;
- ✓ воспитание внимания, культуры поведения;
- ✓ создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- ✓ обучить умению работать индивидуально и в группе,

- ✓ развить природные задатки и способности детей;
- ✓ развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- ✓ развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

3. Общая характеристика курса «Подвижные игры»

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

Данная работа начинается с 1 класса преимущественно в виде:

- ✓ подвижных игр,
- ✓ народных оздоровительных игр,
- ✓ прогулок,
- ✓ спортивно-оздоровительных часов,
- ✓ физкультурных праздников,
- ✓ спортивных соревнований.

4.Основные направления реализации программы:

- ✓ организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- ✓ организация и проведение разнообразных мероприятий оздоровительного характера;
- ✓ организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- ✓ организация и проведение подвижных игр, активное использование спортивных площадок населённого пункта.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению **«Подвижные игры» состоит из четырёх частей:**

- 1 класс «Современные подвижные игры»: ознакомление с играми, требующими командного состава.
- 2 класс «Старинные народные игры»: ознакомление с играми старины, культурой и этикетом того времени.
- 3 класс «Русские народные игры и забавы»: формирование у обучающихся интеллектуальных способностей, культуры эмоций и чувств.
- 4 класс «Русские игровые традиции»: формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, мода и гигиена, профилактика вредных привычек.

Занятия проводятся в формах, отличных от классно-урочной: групповые занятия, соревнования.

Ведущей формой организации обучения является **групповая.**

Приёмы и методы

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

Педагогические технологии

Игровая технология

Игра наряду с трудом и ученьем - один из основных видов деятельности человека, удивительный феномен нашего существования.

По определению, игра - это вид деятельности в условиях ситуаций, направленных на воссоздание и усвоение общественного опыта, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением.

Здоровьесберегающие технологии. Использование данных технологий позволяют равномерно во время урока распределять различные виды заданий, чередовать мыслительную деятельность с физкультминутками, определять время подачи сложного учебного материала, выделять время на проведение самостоятельных работ, нормативно применять ТСО, что дает положительные результаты в обучении.

Межпредметные связи программы внеурочной деятельности:

Связь с математикой. С определёнными математическими понятиями на начальном этапе обучения учащиеся знакомятся при построении в одну шеренгу (это прямая), в колонну по два, по три- (параллельные прямые), в круг - (окружность) и т.д. Счет предметов, сравнение предметов, устные вычислительные приемы и т.д.

Связь с литературой. В процессе игры дети знакомятся с русским народным творчеством: закличками, считалками, песнями, прибаутками, поговорками.

Связь с окружающим миром. Для характеристики того или иного периода школьникам напоминают исторические события этого периода, объясняют историческую обусловленность взглядов, идей. Важно познакомить учащихся с жизненными процессами организма не только в состоянии покоя, но и во время мышечной деятельности.

Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся начальной школы.

5. Общая трудоёмкость дисциплины: количество часов по учебному плану.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю:

1 класс – 33 часа в год,

Продолжительность занятия 35 минут. Содержание курса отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и интересную информацию, способную дать простор воображению.

6.Содержание учебного предмета

Программа включает четыре основных раздела:

Раздел 1. Современные подвижные игры (33 ч.)

1 класс

Тема 1. Здоровый образ жизни (1ч)
Тема 2. Здоровье в порядке- спасибо зарядке! (1ч)
Тема 3. Личная гигиена (1ч)
Тема 4. Профилактика травматизма (4ч)
Тема 5. Нарушение осанки (2ч)
Тема 6. Современные подвижные игры (24ч)

Основные формы и виды организации образовательного процесса:

- ✓ тематические занятия
- ✓ практические занятия
- ✓ беседы
- ✓ конкурсы
- ✓ соревнования
- ✓ викторины

- ✓ настольные, дидактические, ролевые и подвижные игры
- ✓ экскурсии
- ✓ демонстрация фильмов и видеороликов
- ✓ тестирование

7.Формы контроля:

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

- ✓ викторины;
- ✓ конкурсы;
- ✓ ролевые игры;
- ✓ выполнение заданий соревновательного характера;
- ✓ оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
- ✓ результативность участия в конкурсных программах и другие

8. Требования к результатам освоения дисциплины.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- ✓ Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.
- ✓ двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- ✓ развитие физических способностей;
- ✓ освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- ✓ развитие психических и нравственных качеств;
- ✓ повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- ✓ организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- ✓ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- ✓ применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» **у обучающиеся сформируются:**

- ✓ основы истории развития подвижных игр в России;
- ✓ педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- ✓ индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- ✓ правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- ✓ значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.
- ✓ возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий.

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры»

обучающиеся научатся: адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

- ✓ отвечать за свои поступки;
- ✓ отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- ✓ технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- ✓ проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- ✓ управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- ✓ соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- ✓ пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.
- ✓ разрабатывать индивидуальный двигательный режим;
- ✓ подбирать и планировать физические упражнения.

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

- ✓ умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- ✓ умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- ✓ умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми

Календарно-тематическое планирование

1 КЛАСС (33часа)

«Современные подвижные игры»

№ урока	Дата		Тема урока	Кол-во часов
	план	факт		
1			**Здоровый образ жизни** **Беседа** о здоровом образе жизни.	1
2			практические занятия **Здоровье в порядке- спасибо зарядке!** Комплекс упражнений утренней гимнастики.	1
3			**Личная гигиена. Беседа** Что такое гигиена. Правила личной гигиены.	1
4			**Профилактика травматизма.** Инструкция по ТБ . Цели и задачи курса.	1
5			**Нарушение осанки.** практические занятия Упражнения для укрепления осанки.	1
6			**Современные подвижные игры: «Мяч по кругу»** практические занятия Дети стоят по кругу на расстоянии одного шага один от другого. Ведущий стоит за кругом. Игроки передают мяч то вправо, то влево, но обязательно соседу.	1

			Задание ведущего – коснуться мяча. Если ведущему это удалось, то игрок у кого был мяч, стает ведущим.	
7			**«Поймай рыбку» практические занятия** Играют две команды. Одна команда, взявшись за руки, образует "бредень" и ловит свободно передвигающихся по площадке соперников "рыбу". Пойманные игроки выбывают из игры. Через некоторое время команды меняются ролями. Выигрывает команда, поймавшая "рыбы" больше. "Рыба" считается пойманной в том случае, если рыбакам удается образовать вокруг нее круг. Игра повторяется несколько раз.	**1**
8			**«Цепи кованы» практические занятия** 2 команды встают в шеренги лицом друг к другу на расстояние 10 - 30 м. Расстояние между отдельными игроками 1 м. Играющие держатся за руки. По сигналу учителя одна из команд начинает игру словами: - Цепи кованы -Раскуйте нас. Вторая команда отвечает: -Кем из нас? и посылает игрока к команде - сопернице. Он должен попытаться разорвать цепь игроков этой команды. Если это игроку удается, то он забирает с собой двух игроков, образовавших порванное им звено цепи. Если же нет, то он сам становится "пленником". Игроки обеих команд по очереди повторяют свои попытки.	**1**
9			**Профилактика травматизма Беседа** Инструкция по ТБ.	**1**
10			**«Змейка на асфальте». практические занятия** Начертить прямую и изогнутую линию и учиться ходить по ней, тренируя координацию.	**1**
11			**«Бег с шариком» практические занятия** Игроки от каждой команды получают по одному шарику и ложке. По сигналу учителя игроки должны взять ложку с шариком и начать бег, стараясь не уронить шарик. Выигрывает та команда, которая справится с заданием первая.	**1**
12			**«Нас не слышно и не видно» практические занятия** Учитель завязывает водящему глаза. Остальные располагаются в 20 шагах от него по кругу. Тот из детей, на кого укажет учитель, начинает осторожно приближаться к водящему. Водящий. Заслышав движение, должен указать рукой , откуда он его слышит. Если он укажет правильно, то незадачливому невидимке придется стать ведущим. Победит тот, кто сумеет приблизится к ведущему и дотронуться его рукой.	**1**
13			**«Третий лишний» практические занятия** Все становятся парами в круг. Двое водящих - в стороне. По команде учителя один убегает, другой дого-	**1**

			няет. Убегающий подбегает к какой-нибудь паре и берет одного под руку. Тот кто остался без пары начинает убегать. И так до тех пор, пока кого- то не поймают.	
14			**«Ворота» практические занятия** Двое игроков встают друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают руки вверх. Получаются «ворота». Остальные дети встают друг за другом и к берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под воротами. «Ворота» произносят: Наши ворота Пропускают не всегда! Первый раз прощается, Второй запрещается, А на третий раз Не пропустим вас! После этих слов «ворота» резко опускают руки, и те дети, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротами». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается. Игра заканчивается, когда все дети становятся «воротами».	**1**
15			**«Чужая палочка» практические занятия** Для этой игры берут две небольшие одинаковые палочки. По сигналу учителя нужно бросить свою палку как можно дальше и тут же побежать за палочкой противника. Побеждает тот, кто первый вернется с чужой палочкой.	**1**
16			**«Белки, шишки и орехи» практические занятия** Все ребята встают, взявшись за руки, по три человека, образуя беличье гнездо. Между собой они договариваются, кто будет белкой, кто - орехом, кто - шишкой. Водящий стоит в середине площадки. Учитель кричит « белки», все белки оставляют свои гнезда и перебегают в другие. В это время водящий занимает свободное место в любом гнезде, становясь белкой. Тот, кому не хватило места в гнездах, становится водящим. Если учитель говорит « орехи», то местами меняются орехи и водящий, занявший место в гнезде, который становится орехом. Учителем может быть подана команда: белки-шишки-орехи, и тогда меняются местами сразу все.	**1**
17			**Профилактика травматизма Инструктаж** Правила поведения на спортивной площадке, правила поведения в команде.	**1**
18			**Нарушение осанки. практические занятия** Упражнения для укрепления осанки.	**1**
19			**«След в след» подвижные игры** Догоняющий должен гнаться за убегающим, наступая точно след в след. После можете посмотреть получившиеся следы.	**1**
20			**Эстафета, соревнования** Команды становятся в одну линию друг за другом, и	**1**

			каждый участник получает по одному снежку (снежки можно изготовить на уроках художественного труда из фольги.) По команде учителя игрок бросает первый снежок, а второй ребенок бежит к месту падения «снежного снаряда» и оттуда запускает свой снежок. Таким же образом поступают и все остальные игроки из команды. Когда все участники сделали бросок, победа присуждается той команде, которая отошла дальше от стартовой линии, то есть побеждают те, чьи броски в сумме оказались самыми дальними.	
21			**« Мишень» Соревнования** Выберите себе мишень – нарисуйте на бумаге и прикрепите, или просто пометьте мелом на заборе или другой поверхности. Снежки можно изготовить на уроках художественного труда из фольги. Чья команда большее количество раз попадет в мишень.	**1**
22			**. «С кочки на кочку» » подвижные игры** Учитель чертит на снегу круги диаметром 30-40 сантиметров. Расстояние между кругами - 40-50 сантиметров. Ребенку нужно прыгать с кочки на кочку (то есть из круга в круг), стараясь побыстрее перебраться с первой кочки на последнюю. Отталкиваться надо обязательно обеими ногами: присесть, согнув ноги в коленях, затем прыжок.	**1**
23			**«Без пары» » подвижные игры** Взявшись за руки дети образуют два круга, один внутри, другой снаружи, при этом во внешнем круге на одного человека должно быть меньше. Дети двигаются по кругу. По сигналу учителя дети берут друг друга за руки, образуя пары. Тот, кто остался без пары, пляшет либо рассказывает стих, отгадывает загадку и тд.	**1**
24			**«Веревочка» » подвижные игры** Играющие образуют круг, держась руками за веревку. Водящий, передвигаясь произвольно внутри круга, старается ударить кого-либо по руке. Кто не успел отдернуть руку, становится водящим	**1**
25			**«Плетень» Соревнования** Играющие разбиваются на две команды и встают напротив друг друга, образуя плетень, для этого надо скрестить руки перед собой и взяться за руки с соседями. Построившись, ребята двигаются навстречу другой команде со словами: Раз, два, три, четыре. Выполнять должны приказ- Нет, конечно, в целом мире Дружбы крепче, чем у нас! По команде учителя дети разбегаются в разные стороны, а по второму сигналу должны вернуться на свои места и образовать плетень. Выигрывает та команда, которая сделает это быстрее.	**1**

26			**Профилактика травматизма Беседа** Правила поведения в команде. Правила ТБ,	**1**
27			**«Кто больше» Соревнования** Поставьте на снегу в линию несколько пустых пластиковых бутылок. Игроки должны встать в 20 – 30 шагах от бутылок. Каждый игрок кидает по три снежка (изготовленного из фольги) за один раз. Выигрывает тот, кто сбил большее количество бутылок.	**1**
28			**«Успевай, не зевай» Подвижные игры** Дети идут в колоне по одному. Учитель дает заранее обговоренные сигналы – звуковые (хлопок ладонями). Например: когда ведущий хлопает в ладоши один раз, то дети бегут, когда хлопает два раза – дети садятся, когда три – дети идут.	**1**
29			**«День и ночь» Соревнования** Играющих делят на две команды, которые становятся в две шеренги у средней линии площадки спиной друг к другу на расстоянии 2 *м.* Одна команда - «день», другая - «ночь». Педагог называет ту или иную команду неожиданно. Если он говорит «ночь», то эта команда убегает, а команда «день» догоняет ее. Затем подсчитывают осаленных, и все игроки становятся на свои места. Очередность вызовов команд не соблюдают, но число вызовов должно быть одинаковым. Выигрывает команда, осалившая больше игроков. Исходное положение можно менять: стоя лицом, боком друг к другу и т. д.	**1**
30			**«Наперегонки парами» Соревнования** Играющих делят на две равные команды и выстраивают в колонны. Колонну делят на две группы, которые располагаются друг против друга на расстоянии 12-15 м (можно и больше). Перед всеми группами проводят стартовые линии. Двум игрокам, стоящим впереди колонн на одной стороне, дают по флажку. По сигналу педагога игроки с флажками бегут к противоположной группе, отдают впередистоящим флажки, а сами становятся сзади этой половины команды. То же делают игроки, получившие флажки. Игра заканчивается, когда последний из перебегающих игроков какой-либо из команд передает флажок начавшему эстафету игроку. Побеждает команда, закончившая передачу флажков раньше.	**1**
31			**«Ловушки-перебежки» Подвижные игры** Играющих выстраивают в круг, руки за спиной. Водящий бежит за кругом и дотрагивается до руки одного из играющих. Игрок, до которого дотронулся водящий, бежит в обратную сторону, стремясь быстрее водящего занять свое место. Кто из бегущих останется без места, тот и становится водящим.	**1**

32			**«Вызов номеров» Подвижные игры** Играющих делят на две команды, которые выстраиваются в две колонны у лицевой линии. Команды рассчитываются по порядку. Каждый игрок запоминает свой номер. На средней линии напротив каждой колонны ставят булавы. Педагог называет один из номеров. Игроки обеих команд, стоящие под этим номером, бегут до булав, обегают их и возвращаются обратно. Победитель приносит своей команде очко. Игра продолжается до тех пор, пока не будут вызваны все номера. Команда, набравшая наибольшее количество очков, побеждает. Можно усложнить игру, если предложить игрокам бежать спиной вперед, боком, приставными шагами или поставить на пути препятствия.	**1**
33			**Эстафета, Соревнования** Играющие в двух колоннах, выстраиваются параллельно друг другу у лицевой линий. По сигналу первые ведут мяч вперед до противоположной стороны (до отмеченного места), останавливаются, бросают мяч двумя руками в стену, ловят его, и ведут мяч обратно. На расстоянии 3-4 м от колонны они останавливаются, передают мяч двумя руками от груди очередному игроку и сами становятся в конец колонны. Команда, закончившая ведение быстрее, выигрывает. Можно на пути ведения расставить булавы, тогда игроки должны вести мяч, обводя их.	**1**

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
1 КЛАСС (33часа)
«Современные подвижные игры»

№	**Тема**	**Учебные часы**	**Теория**	**Практические занятия**	**Форма проведения занятий внеурочной деятельностью**
1	Здоровый образ жизни	1	1		Инструктаж. Викторина
2	Здоровье в порядке-спасибо зарядке!	1		1	Спортивный час. Соревнование.
3	Личная гигиена	1	1		Групповая работа. Разработка памятки
4	Профилактика травматизма	1	1		Викторина. Работа в парах.
5	Нарушение осанки	1		1	Оздоровительная игра. Практическое занятие.

6	Современные подвижные игры: «Мяч по кругу»	1		1	Подвижная игра в группах.
7	«Поймай рыбку»	1		1	Игра-соревнование. Групповая работа.
8	«Цепи кованы»	1		1	Групповая игра на свежем воздухе.
9	Профилактика травматизма	1	1		Инструктаж. Разработка памятки
10	«Змейка на асфальте»	1		1	Динамическая прогулка и ролевая игра на свежем воздухе.
11	«Бег с шариком»	1		1	Спортивное соревнование
12	«Нас не слышно и не видно»	1		1	Подвижная игра. Динамическая прогулка.
13	«Третий лишний»	1		1	Подвижная игра. Групповая игра.
14	«Ворота»	1		1	Спортивный оздоровительный час.
15	«Чужая палочка»	1		1	Игра-соревнование. Соревнование в группах.
16	«Белки, шишки и орехи»	1		1	Ролевая игра. Конкурс.
17	Профилактика травматизма	1	1		Инструктаж. Викторина-конкурс. Тестирование.
18	Нарушение осанки	1		1	Оздоровительный час. Практическое занятие.
19	«След в след»	1		1	Игра – соревнование на свежем воздухе. Динамическая прогулка.
20	Эстафета	1		1	Соревнование. Спортивно-оздоровительный час.
21	«Мишень»	1		1	Игра-конкурс. Групповая работа.
22	«С кочки на кочку»	1		1	Групповая подвижная игра.
23	«Без пары»	1		1	Игра-соревнование. Конкурс.
24	«Веревочка»	1		1	Подвижная игра. Динамическая прогулка.

25	«Плетень»	1		1	Подвижная игра. Спортивно-оздоровительный час.
26	Профилактика травматизма	1	1		Инструктаж. Викторина-конкурс. Практическое занятие.
27	«Кто больше»	1		1	Оздоровительная игра. Игра-соревнование.
28	«Успевай, не зевай»	1		1	Подвижная игра. Динамическая прогулка.
29	«День и ночь»	1		1	Ролевая игра. Соревнование.
30	«Наперегонки парами»	1		1	Игра-соревнование. Работа в парах. Спортивное соревнование.
31	«Ловушки-перебежки»	1		1	Подвижная игра. Игра-конкурс.
32	«Вызов номеров» Защита проекта **«Современные подвижные игры»**	1		1	Игра-конкурс. Творческие задания. Защита проектов.
33	Эстафета	1		1	Спортивные соревнования. Физкультурный праздник.
Итого 33 часа					