

Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 36 им. М.П. Одинова
620078, г. Екатеринбург, ул. Малышева, 134 тел. 8(343) 374-02-91, e-mail: soch36@eduekb.ru

ПРИНЯТО
на заседании педагогического совета
МАОУ СОШ № 36
Протокол № 1 от «31» августа 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 36
А.С. Бабушкина
Приказ № 30-ОД от «31» августа
2026 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Подвижные игры»**

Автор-составитель: Сынгизова Лолита Вакилевна,
учитель начальных классов

г. Екатеринбург, 2026 год

Паспорт программы

Название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа начального общего образования «Подвижные игры»
Нормативные основания для разработки программы	1. Федеральный Закон №273–ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации». 2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09. 2014 №1726-р). 3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». 4. Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» 5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685–21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания». 6. Устав МАОУ СОШ № 36.
Составитель программы	Сынгизова Лолита Вакилевна
Направленность программы	физкультурно-спортивная
Форма реализации программы	Очная
Срок реализации программы	1 год
Класс	1-4
Категория обучающихся	Обучающиеся начальной школы

Уровень освоения программы	Базовый
Краткая аннотация программы дополнительного образования детей	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные игры» ориентирована на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников. «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемая часть всей образовательно-воспитательной деятельности в школе.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	5
2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ.....	6
3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.....	7
4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	10
5. УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН.....	11
6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.....	19
7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	20

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ДООП «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстроменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание. Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости. А это приводит к развитию выносливости. Во время игры дети действуют в соответствии с правилами, которые обязательны для всех участников.

Правила регулируют поведение играющих и способствуют выработке взаимопомощи, коллективизма, честности, дисциплинированности. Вместе с тем необходимость выполнять правила, а также преодолевать препятствия, неизбежные в игре, содействует воспитанию волевых качеств — выдержки, смелости, решительности, умения справляться с отрицательными эмоциями.

В подвижных играх ребенку приходится самому решать, как действовать, чтобы достигнуть цели. Быстрая и порой неожиданная смена условий заставляет искать все новые и новые пути решения возникающих задач. Все это способствует развитию самостоятельности, активности, инициативы, творчества, сообразительности. Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике.

В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные 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.

Особенность подвижных игр — их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения

точные и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Адресат программы: обучающиеся 1– 4-ых классов.

Объем программы: 34 часа

Срок освоения программы: 1 год.

Уровень программы: базовый.

Формы обучения: очная.

Формы организации процесса: группа от 10 до 15 человек.

Форма проведения занятий: практические, комбинированные, соревновательные.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

ДООП «Подвижные игры» по физкультурно-спортивному направлению может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

ДООП «Подвижные игры» направлена на осуществление следующих целей:

формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;

развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;

обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

охрана и укрепление физического и психического здоровья младших школьников.

Цели конкретизированы следующими задачами:

Формирование:

представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;

навыков конструктивного общения;

потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

пропаганда здорового образа жизни;

Формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;

отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств:

а) повышение уровня выносливости (беговые упражнения),

б) укрепление основной группы мышц, увеличивая подвижность в суставах, улучшая координацию движений .

Обучение:

осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;

правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;

элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);

упражнениям сохранения зрения.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

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.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

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.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

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.

4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

СЕНТЯБРЬ						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

ОКТАБРЬ						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

НОЯБРЬ						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

ДЕКАБРЬ						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

ЯНВАРЬ						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

ФЕВРАЛЬ						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

МАРТ						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

АПРЕЛЬ						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

МАЙ						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ	
	УЧЕБНЫЕ ДНИ
	ВЫХОДНЫЕ, ПРАЗДНИЧНЫЕ ДНИ
	КАНИКУЛЫ
	ДНИ ОКОНЧАНИЯ ТРИМЕСТРА/ПОЛУГОДИЯ
	ДНИ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

5. УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

Каждое занятие, как правило, включает теоретическую часть и практическое выполнение задания.

Теоретические сведения - это объяснение нового материала, информация познавательного характера, общие сведения.

Практические работы включают выполнение физических упражнений, подвижных игр, отчет о проделанной работе.

Учащиеся приобретают необходимые в жизни элементарные знания, умения и навыки.

В процессе занятий, накапливая практический опыт, обучающиеся от простых упражнений постепенно переходят к освоению сложных, применять знания и физические умения в изменяющихся условиях.

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.

✓ **«Подвижные игры»**. Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитание инициативы, культуры поведения, творческого подхода к игре.

✓ **«Эстафеты»**. Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимания, навыков 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.

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

Тематическое планирование по курсу «Подвижные игры» в 1 классе (33 часа)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма организации деятельности	Дата
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".		Игровое упражнение	
6	Подвижная игра "Удочка", игра малой подвижности "Эхо".		Игровое упражнение	
7	Подвижная игра "Перелет птиц", игровое упражнение "Передача мяча колонне".		Игровое упражнение	
8	Подвижная игра "Успей добежать", "Эхо".		Игра малой подвижности	
9	Подвижная игра "Жмурки", "Летает, не летает".		Игра малой подвижности	
10	Подвижная игра "Не попадись", ходьба, "Бабочка", "Лягушка".		Игровое упражнение	
11	Подвижная игра "Догони свою пару", игра "Фигуры".		Игровое упражнение	
12	Подвижная игра "Ноги от земли" или "Не оставайся на полу", "Угадай, чей голосок".		Игра малой подвижности	
13	Подвижная игра "Ноги от земли", "Кто ушел?".		Игра малой подвижности	
14	Подвижная игра "Ключи", игра "Кто ушел?".		Подвижная игра средней интенсивности	
15	Подвижная игра "Кого называли, тот ловит", "Воротца".		Подвижная игра средней интенсивности	
16	Подвижная игра "Воробьи и кошка".		Игра малой подвижности	
17	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Мяч вошедшему".		Игра малой подвижности	
18	Подвижная игра "Перелет птиц", "Поймай мяч".		Игра малой подвижности	
19	Веселые старты. Игра "Кто быстрее?".		Беседа: «Основы строения и функций организма»	
20	Подвижная игра "Ловля обезьян", "Хоровод".		ТБ при проведении подвижных игр.	
21	Подвижная игра "Будь ловким", "Фигуры".		Игра средней интенсивности	

22	Подвижная игра "Ключи".		Беседа: «Гигиенические требования к питанию, к инвентарю и спортивной одежде».	
23	Подвижная игра "Хитрая лиса".		Игровое упражнение	
24	Подвижная игра "Удочка", "Летает, не летает".		Игровое упражнение	
25	Подвижная игра "Кого называли, тот и ловит", "Летает, не летает".		Игровое упражнение	
26	Подвижная игра "Ловишки", "Передача мяча в колонне".		Эстафета	
27	Подвижная игра "Бери ленту", "Эхо".		Игра малой подвижности	
27	Подвижная игра "Воробьи и кошка"		Игра малой подвижности	
28	Подвижная игра "Мяч в воздухе".		Игра малой подвижности	
26	Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Кто ушел?".		Игровое упражнение	
27	Подвижная игра "Медведи и пчелы", "Воротца".		Игровое упражнение	
28	Подвижная игра "Мяч в воздухе", "Затейники".		Эстафета	
29	Подвижная игра "Совушка", "Угадай, чей голосок".		Беседа: «Характерные спортивные травмы и их предупреждение. Способы и приемы первой помощи».	
30	Подвижная игра "Карусель»		Эстафета с мячом.	
31	Подвижная игра ""Волк на рву".		Игровое упражнение	
32	Подвижная игра "Удочка", "Мяч водящему".		Игра малой подвижности	
33	Обобщение			

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» в 2 классе (34 часа)

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Русская народная игра «Жмурки»	1
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1
3	Русская народная игра «Горелки»	1
4	Русская народная игра «Салки»	1
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
7	Русская народная игра «Фанты»	1
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1
9	Русская народная игра «Волк»	1
10	Русская народная игра «Птицелов»	1
11	Подвижная игра «Совушка»	1
12	Подвижная игра «Мышеловка»	1
13	Подвижная игра «Пустое место»	1
14	Подвижная игра «Карусель»	1
15	Подвижная игра «Кто быстрее?»	1
16	Подвижная игра «Конники-спортсмены»	1
17	Подвижная игра «Лягушата и цыплята»	1
18	Подвижная игра «Карлики и великаны»	1
19	Эстафета «Передача мяча»	1
20	Эстафета «С мячом»	1
21	Эстафета зверей	1
22	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1
23	Эстафета «Вызов номеров»	1
24	Эстафета по кругу	1
25	Эстафета с обручем	1
26	Эстафета со скакалкой	1
27	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1
27	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1
28	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1
26	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1

27	Марийская народная игра «Катание мяча»	1
27	Татарская народная игра «Серый волк»	1
28	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1
29	Чувашская игра «Рыбки»	1
30	Русская народная игра «Жмурки»	1
31	Русская народная игра «Кот и мышь»	1
32	Русская народная игра «Горелки»	1
33	Русская народная игра «Салки»	1
34	Обобщение	1

Содержание учебного предмета

1 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 организаци и деятельности	Дата
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	Обобщение	1		

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

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Русская народная игра «Жмурки»	1
2	Русская народная игра «Кот и мышь»	1
3	Русская народная игра «Горелки»	1
4	Русская народная игра «Салки»	1
5	Русская народная игра «Пятнашки»	1
6	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
7	Русская народная игра «Фанты»	1
8	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями»	1
9	Русская народная игра «Волк»	1
10	Русская народная игра «Птицелов»	1
11	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1

12	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень»	1
13	Бурятская народная игра «Ищем палочку»	1
14	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок»	1
15	Марийская народная игра «Катание мяча»	1
16	Татарская народная игра «Серый волк»	1
17	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки»	1
18	Чувашская игра «Рыбки»	1
19	Эстафета «Передача мяча»	1
20	Эстафета со скакалкой	1
21	Эстафета «С мячом»	1
22	Эстафета зверей	1
23	Эстафета «Быстрые и ловкие»	1
24	Эстафета «Вызов номеров»	1
25	Эстафета по кругу	1
26	Эстафета с обручем	1
27	Русская народная игра «Салки»	1
27	Русская народная игра «Пятнашки»	1
28	Русская народная игра «Охотники и зайцы»	1
29	Русская народная игра «Краски»	1
30	Русская народная игра «Гори, гори ясно»	1
31	Русская народная игра «Третий лишний»	1
32	Русская народная игра «Пятнашки»	1
33-34	Обобщение	2

6. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Способы проверки результатов

- зачеты по теоретическим основам знаний;
- мониторинг личностного развития воспитанников;
- социометрические исследования;
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей;
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков;
- участие в соревнованиях;

Мониторинг уровня физической подготовленности воспитанников

№	Физические способности	Контрольные упражнения	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Н	С	В	Н	С	В
1.	Скоростные .	Бег 30 м (сек)	7,5 и выше	7,3-6,2	5,6 и ниже	7,6 и выше	7,5-6,4	5,8 и ниже
2.	Координационные.	Челночный бег 3х10 м (сек)	11,2 и выше	10,8-10,3	9,9 и ниже	11,7 и выше	11,3-10,6	10,2 и ниже
3.	Скоростно-силовые.	Прыжок в длину с места (м)	1.00 и ниже	1.15-1.35	1,55 и выше	0.85 и ниже	1.10-1.30	1.50 и выше
4.	Выносливость.	Бег 6 мин (м)	700 и менее	750-900	1,100 и выше	500 и менее	600-800	900 и выше
5.	Гибкость.	Наклон вперед из положения «сидя» (см)	1 ниже	3-5	10 и выше	2 и ниже	6-9	12,5 и выше
6.	Силовые.	Подтягивание м. — из виса д. — из виса лежа (раз)	1	2-3	4 и выше	2 и ниже	4-8	12 и выше

Уровень: В – высокий, С – средний, Н – низкий

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Материально – техническое обеспечение программы

Учебно - практическое оборудование:

- Стенка гимнастическая.
- Скамейка гимнастическая жёсткая (2 м, 4 м).
- Мячи: мяч малый (теннисный), мячи набивные, волейбольные, баскетбольные (на каждого ученика).
- Скакалки.
- Мат гимнастический.
- Рулетка.
- Обручи.
- Секундомер.
- Свисток.
- Аптечка.

Программа предусматривает участие в соревнованиях, эстафетах. Это является стимулирующим элементом, необходимым в процессе обучения.

Материальное обеспечение для каждого ребёнка:

- Форма для спортивных занятий (спортивная обувь, футболка, спортивные брюки).
- Сценарий.
- Спортивный инвентарь.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. – М., 1990.
2. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1985
3. «Воспитательная работа в начальной школе» - С.В. Кульневич, Т.П. Лакоценина, ТЦ «Учитель», Воронеж. 2006. Глязер С., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
4. DVD «Уроки тётушки Совы» - ТО «Маски», Москва, 2009.
5. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000
6. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001
7. «Как себя вести» - В.Волина . «Дидактика плюс», Санкт-Петербург 2004.
8. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М.,1991
9. Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 1986.
- 10.Осокина Т.И., Детские подвижные игры. – М., 1989.
- 11.Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. – М., 2004г.
- 12.«Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры»– Мир Книги, Москва. 2003.
- 13.ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009.

14. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.
15. «Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения. «Первое сентября», Москва, 2000.

Для обучающихся:

1. А.Ю. Патрикеев «Подвижные игры». – М.; ВАКО, 2020.
2. Ивойлов А.В. «Волейбол для всех». – Москва: «Физкультура и спорт», 2010 г
3. Игры народов СССР./сост. Л.В. Былеева, В.М. Григорьев. – М.: ФиС, 1985.
4. Казаков С.В. «Спортивные игры». – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2004г.
5. Кильпио Н.Н. 80 игр. – М.: Просвещение, 1973
6. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры./ Под. ред Л.В. Русской.
– М.: Просвещение, 1986

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 296520261781276660661547455625433911011083524551

Владелец Бабушкина Александра Сергеевна

Действителен с 16.02.2026 по 16.02.2027