

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Новоселицкая средняя общеобразовательная школа»**

Принята на заседании
Педагогического совета
МАОУ «Новоселицкая СОШ»
Протокол № 1 от 30.08.2023



**Программа по внеурочной деятельности
«Движение есть жизнь!»
1-4 классы**

2023/2024 учебный год

Пояснительная записка.

Программа «Движение есть жизнь» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности начальной школы в соответствии с ФГОС НОО.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Цели программы:

- ✓ 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;
- ✓ повышение уровня общего развития учащихся, восполнение пробелов предшествующего развития и обучения;
- ✓ индивидуальная работа по формированию недостаточно освоенных учебных умений и навыков;
- ✓ коррекция отклонений, направленная подготовка к восприятию нового учебного материала.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- ✓ обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- ✓ познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- ✓ воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, чтобы противостоять болезням;
- ✓ воспитывать культуру игрового общения;
- ✓ учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- ✓ создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- ✓ выявление и удовлетворение особых образовательных потребностей учащихся с ограниченными возможностями здоровья при освоении ими основной образовательной программы и их дальнейшую интеграцию в образовательном учреждении;
- ✓ реализация комплексного индивидуально ориентированного психолого-медико-педагогического сопровождения в условиях образовательного процесса всех детей с особыми образовательными потребностями с учетом состояния здоровья и особенностей психофизического развития.

Формы организации занятий:

- ✓ Физкультурно-оздоровительная;
- ✓ Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.

Формы представления результатов:

- ✓ Соревнования
- ✓ весёлые старты;
- ✓ спортивные эстафеты;
- ✓ фестиваль игр.

Вид деятельности: познавательная.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности для 1 класса

Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Зимние забавы

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Куропатки и охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище», «Волк и олени», «Тройной прыжок», «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».

Соревнования

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты.

Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

Формы и виды деятельности

- ✓ Соревнования
- ✓ весёлые старты;
- ✓ спортивные эстафеты;
- ✓ фестиваль игр.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности для 2 класса

Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками.

Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Зимние забавы

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Куропатки и охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище», «Волк и олени», «Тройной прыжок», «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».

Соревнования

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты.

Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему», «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

Формы и виды деятельности

- ✓ Соревнования
- ✓ весёлые старты;
- ✓ спортивные эстафеты;
- ✓ фестиваль игр.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности для 3 класса

Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место»; «Белые медведи»; «Космонавты»; «Невод»; «Третий лишний»; «Перемена мест»; «Третий лишний»; «Вызов номеров»; «Салки с ленточками»; «Заяц без места»; «Кто обгонит»; Эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам». «Волк во рву». «Удочка» «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Зимние забавы

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок», «Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

Соревнования

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», эстафеты с мячом.

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

Формы и виды деятельности

- ✓ Соревнования
- ✓ весёлые старты;
- ✓ спортивные эстафеты;
- ✓ фестиваль игр.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности для 4 класса

Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», «Невод», «Третий лишний», «Перемена мест», «Третий лишний», «Вызов номеров», «Салки с ленточками», «Заяц без места», «Кто обгонит», эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка», «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

Зимние забавы

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок», «Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

Соревнования

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», Эстафеты с мячом.

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

Формы и виды деятельности

- ✓ Соревнования
- ✓ весёлые старты;
- ✓ спортивные эстафеты;
- ✓ фестиваль игр.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

- ✓ проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;
- ✓ проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- ✓ оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
- ✓ понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;

Метапредметные результаты

Регулятивные

- ✓ уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- ✓ оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- ✓ конструктивно разрешать конфликты.

Познавательные

- ✓ осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- ✓ преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- ✓ устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные

- ✓ общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- ✓ умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- ✓ умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- ✓ готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- ✓ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

Тематическое планирование 1 класса

| № п/п | Тема | Количество часов | |
|-------|---|------------------|---------------|
| | | Практических | Теоретических |
| 1 | Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность» | 32 | 1 |
| Итого | 33 | 32 | 1 |

Тематическое планирование 2 класса

| № п/п | Тема | Кол-во часов | |
|-------|---|--------------|---------------|
| | | Практических | Теоретических |
| 1 | Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность» | 33 | 1 |
| Итого | 34 | 33 | 1 |

Тематическое планирование 3 класса

| № п/п | Тема | Кол-во часов | |
|-------|---|--------------|---------------|
| | | Практических | Теоретических |
| 1 | Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность» | 33 | 1 |
| Итого | 34 | 33 | 1 |

Тематическое планирование 4 класса

| № п/п | Тема | Кол-во часов | |
|-------|---|--------------|---------------|
| | | Практических | Теоретических |
| 1 | Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность» | 33 | 1 |
| Итого | 34 | 33 | 1 |

Календарно-тематическое планирование 1 класс

| № | Наименование раздела, темы | Кол-во часов | Дата проведения | Электронные образовательные ресурсы |
|---|--|--------------|-----------------|--|
| Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность». Подвижные игры с элементами легкой атлетики | | | | |
| 1. | Подвижные игры «Совушка», «Кто скорее соберется». | 1 | 04.09-08.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 2. | Подвижные игры «Салки», «Лягушка и цапля». | 1 | 11.09-15.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 3. | Подвижные игры «Гуси- лебеди», «Перемена мест». | 1 | 18.09-22.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 4. | Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза». | 1 | 25.09-29.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 5. | Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка». | 1 | 02.10-06.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 6. | Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения». | 1 | 09.10-13.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 7. | Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята». | 1 | 16.10-20.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 8. | Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда». | 1 | 23.10-27.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 9. | Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки». | 1 | 06.11-10.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 10. | Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор». | 1 | 13.11-17.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 11. | Подвижная игра «Кошки- мышки». | 1 | 20.11-24.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 12. | Эстафеты. | 1 | 27.11-01.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |

| | | | | |
|-----------------------|---|---|-------------|--|
| 13. | Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». | 1 | 04.12-08.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Зимние забавы | | | | |
| 14. | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки». | 1 | 11.12-15.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 15. | Подвижные игры «Не пропусти шайбу», Метко в цель». | 1 | 18.12-22.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 16. | Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники». | 1 | 25.12-29.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 17. | Подвижные игры «Гонки снежных комков», эстафеты. | 1 | 08.01-12.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Народные игры | | | | |
| 18. | Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки». | 1 | 15.01-19.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 19. | Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок». | 1 | 22.01-26.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 20. | Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки». | 1 | 29.01-02.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 21. | Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера». | 1 | 05.02-09.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 22. | Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище» | 1 | 19.02-23.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 23. | Подвижные игры «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок». | 1 | 26.02-01.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Соревнования | | | | |
| 24. | Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему». | 1 | 04.03-08.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 25. | Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч». | 1 | 11.03-15.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 26. | Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки». | 1 | 18.03-22.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 27. | Удар по неподвижному и катящемуся мячу. | 1 | 01.04-05.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 28. | Ведение и остановка мяча. | 1 | 08.04-12.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 29. | Эстафеты. | 1 | 15.04-19.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 30. | Соревнование по подвижной игре «Снайпер». | 1 | 22.04-26.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 31. | Эстафеты с мячами. | 1 | 29.04-03.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 32. | Встречные эстафеты. | 1 | 06.05-10.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 33. | Комбинированные эстафеты. | 1 | 13.05-17.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Итого: 33 часа | | | | |

Календарно-тематическое планирование 2 класс

| № | Наименование раздела, темы | Кол-во часов | Дата проведения | Электронные образовательные ресурсы |
|---|---|--------------|-----------------|--|
| Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность». Подвижные игры с элементами легкой атлетики | | | | |
| 1. | Подвижная игра «Кто дальше бросит» | 1 | 04.09-08.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 2. | Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет». | 1 | 11.09-15.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 3. | Подвижные игры «Лиса и куры», Прыжки по полосам». | 1 | 18.09-22.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |

| | | | | |
|----------------------|--|---|-------------|--|
| 4. | Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза». | 1 | 25.09-29.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 5. | Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка». | 1 | 02.10-06.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 6. | Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения». | 1 | 09.10-13.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 7. | Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята». | 1 | 16.10-20.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 8. | Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда». | 1 | 23.10-27.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 9. | Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки». | 1 | 06.11-10.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 10. | Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор». | 1 | 13.11-17.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 11. | Подвижная игра «Кошки-мышки». | 1 | 20.11-24.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 12. | Эстафеты. | 1 | 27.11-01.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 13. | Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». | 1 | 04.12-08.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 14. | Подвижная игра «С кочки на кочку», эстафеты с прыжками. | 1 | 11.12-15.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Зимние забавы | | | | |
| 15. | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки». | 1 | 18.12-22.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 16. | Подвижные игры «Не пропусти шайбу», «Метко в цель». | 1 | 25.12-29.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 17. | Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники». | 1 | 08.01-12.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 18. | Подвижные игры «Гонки снежных комов», эстафеты. | 1 | 15.01-19.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Народные игры | | | | |
| 19. | Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки». | 1 | 22.01-26.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 20. | Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок». | 1 | 29.01-02.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 21. | Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки». | 1 | 05.02-09.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 22. | Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера». | 1 | 12.02-16.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 23. | Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище». | 1 | 19.02-23.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 24. | Подвижные игры «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок». | 1 | 26.02-01.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Соревнования | | | | |
| 25. | Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему». | 1 | 11.03-15.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 26. | Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч». | 1 | 18.03-22.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 27. | Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки». | 1 | 01.04-05.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 28. | Удар по неподвижному и катящемуся мячу. | 1 | 08.04-12.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 29. | Ведение и остановка мяча. | 1 | 15.04-19.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 30. | Подвижная игра «У кого меньше мячей». | 1 | 22.04-26.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |

| | | | | |
|-----------------------|---|---|-------------|--|
| 31. | Соревнование по подвижной игре «Снайпер». | 1 | 29.04-03.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 32. | Эстафеты с мячами. | 1 | 06.05-10.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 33. | Встречные эстафеты. | 1 | 13.05-17.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 34. | Комбинированные эстафеты. | 1 | 20.05-24.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Итого: 34 часа | | | | |

Календарно-тематическое планирование 3 класс

| № | Наименование раздела, темы | Кол-во часов | Дата проведения | Электронные образовательные ресурсы |
|---|--|--------------|-----------------|--|
| Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность». Подвижные игры с элементами легкой атлетики | | | | |
| 1. | Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи». | 1 | 04.09-08.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 2. | Подвижные игры «Космонавты», «Невод». | 1 | 11.09-15.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 3. | Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест». | 1 | 18.09-22.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 4. | Подвижная игра «Вызов номеров». | 1 | 25.09-29.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 5. | Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места». | 1 | 02.10-06.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 6. | Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты. | 1 | 09.10-13.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 7. | Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». | 1 | 16.10-20.1 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 8. | Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку». | 1 | 23.10-27.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 9. | Эстафеты с прыжками. | 1 | 06.11-10.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 10. | Подвижная игра «Кто дальше бросит». | 1 | 13.11-17.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 11. | Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет». | 1 | 20.11-24.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Зимние забавы | | | | |
| 12. | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу». | 1 | 27.11-01.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 13. | Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне». | 1 | 04.12-08.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 14. | Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист». | 1 | 11.12-15.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 15. | Подвижные игры «Гонки снежных комков», эстафеты. | 1 | 18.12-22.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Народные игры | | | | |
| 16. | Подвижные игры «Колечко», «Ручеек». | 1 | 25.12-29.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 17. | Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки». | 1 | 08.01-12.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 18. | Подвижные игры «Чехарда» «Кошки - мышки». | 1 | 15.01-19.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 19. | Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей». | 1 | 22.01-26.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 20. | Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз». | | 29.01-02.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 21. | Подвижные игры «Смелые ребята», | | 05.02-09.02 | http://spo.1september.ru/ |

| | | | | |
|---------------------|---|---|-------------|--|
| | «Полярная сова и евражки» | | | http://zdd.1september.ru/ |
| Соревнования | | | | |
| 22. | Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. | | 12.02-16.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 23. | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | 1 | 19.02-23.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 24. | Броски в цель. | 1 | 26.02-01.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 25. | Подбрасывание и подача мяча | 1 | 11.03-15.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 26. | Прием и передача мяча в волейболе. | 1 | 18.03-22.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 27. | Удары и остановка мяча ногами. | 1 | 01.04-05.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 28. | Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру. | 1 | 08.04-12.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 29. | Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызовы по имени». | 1 | 15.04-19.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 30. | Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель». | 1 | 22.04-26.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 31. | Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки». | 1 | 29.04-03.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 32. | Соревнование по дартсу. | 1 | 06.05-10.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 33. | Соревнование по подвижной игре «Пионербол». | 1 | 13.05-17.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 34. | Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом. | 1 | 20.05-24.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| | | | | Итого: 34 часа |

Календарно-тематическое планирование 4 класс

| № | Наименование раздела, темы | Кол-во часов | Дата проведения | Электронные образовательные ресурсы |
|---|--|--------------|-----------------|--|
| Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность». Подвижные игры с элементами легкой атлетики | | | | |
| 35. | Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи». | 1 | 04.09-08.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 36. | Подвижные игры «Космонавты», «Невод». | 1 | 11.09-15.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 37. | Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест». | 1 | 18.09-22.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 38. | Подвижная игра «Вызов номеров». | 1 | 25.09-29.09 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 39. | Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места». | 1 | 02.10-06.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 40. | Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты. | 1 | 09.10-13.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 41. | Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». | 1 | 16.10-20.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 42. | Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку». | 1 | 23.10-27.10 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 43. | Эстафеты с прыжками. | 1 | 06.11-10.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 44. | Подвижная игра «Кто дальше бросит». | 1 | 13.11-17.11 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 45. | Подвижные игры «Метко в цель», | 1 | 20.11-24.11 | http://spo.1september.ru/ |

| | | | | |
|-----------------------|---|---|-------------|--|
| | «Точный расчет». | | | http://zdd.1september.ru/ |
| Зимние забавы | | | | |
| 46. | Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу». | 1 | 27.11-01.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 47. | Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне». | 1 | 04.12-08.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 48. | Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист». | 1 | 11.12-15.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 49. | Подвижные игры «Гонки снежных комков», эстафеты. | 1 | 18.12-22.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Народные игры | | | | |
| 50. | Подвижные игры «Колечко», «Ручеек». | 1 | 25.12-29.12 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 51. | Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки». | 1 | 08.01-12.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 52. | Подвижные игры «Чехарда» «Кошки - мышки». | 1 | 15.01-19.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 53. | Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей». | 1 | 22.01-26.01 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 54. | Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз». | | 29.01-02.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 55. | Подвижные игры «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки» | | 05.02-09.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Соревнования | | | | |
| 56. | Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. | | 12.02-16.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 57. | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | 1 | 19.02-23.02 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 58. | Броски в цель. | 1 | 26.02-01.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 59. | Подбрасывание и подача мяча | 1 | 11.03-15.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 60. | Прием и передача мяча в волейболе. | 1 | 18.03-22.03 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 61. | Удары и остановка мяча ногами. | 1 | 01.04-05.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 62. | Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру. | 1 | 08.04-12.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 63. | Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени». | 1 | 15.04-19.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 64. | Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель». | 1 | 22.04-26.04 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 65. | Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки». | 1 | 29.04-03.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 66. | Соревнование по дартсу. | 1 | 06.05-10.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 67. | Соревнование по подвижной игре «Пионербол». | 1 | 13.05-17.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| 68. | Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом. | 1 | 20.05-24.05 | http://spo.1september.ru/ http://zdd.1september.ru/ |
| Итого: 34 часа | | | | |

