

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Далматовская средняя общеобразовательная школа №2»

Рассмотрена и согласована на заседании ШМО учителей начальных классов Протокол №1 от 26.08.2020 Руководитель ШМО _____ (Останина С.В.)	Утверждена: педагогическим советом Протокол № 1 от 27.08.2021	УТВЕРЖДАЮ Директор МКОУ «ДСОШ №2» _____ Н.К.Согласова Приказ № 295 от 31.08.2021
---	--	---

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
спортивно-оздоровительной направленности

спортивный клуб «Олимпик»

Возраст учащихся: 7-11 лет

Срок реализации: 4 года

Составители:

Боголюбова Татьяна Анатольевна
Дозорова Ольга Викторовна,
учителя физкультуры

г Далматово, 2021 год

Паспорт программы

Ф.И.О. автора- составителя	Боголюбова Татьяна Анатольевна - учитель физической культуры Дозморова Ольга Викторовна - учитель физической культуры
Учреждение	Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Далматовская средняя общеобразовательная школа №2»
Название программы	Дополнительная общеразвивающая программа спортивно-оздоровительной направленности спортивный клуб «Олимпик»
Тип программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Направленность	спортивно-оздоровительной направленности
Образовательная область	спорт, здоровьесбережение
Вид программы	модифицированная
Возраст учащихся	7-11 лет
Срок обучения	4 года
Объём часов	1кл – 33 часа., 2-4кл- 34 часа
Уровень освоения программы	Базовый
Цель программы	Удовлетворение потребностей младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.
С какого года реализуется программа	2020 уч. год

1. Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования по физической культуре Спортивный клуб «Олимпик» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования с изменениями, внесёнными приказом Минобрнауки России от 31 декабря 2015 г. № 1576 «О внесении изменений в ФГОС НОО», утверждённый приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009г. № 373, с учётом основной образовательной программы начального общего образования.

Отличительными особенностями программы является то, что она способствует достижению личностных и метапредметных результатов учеником начальной школы.

Проблема формирования здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной. Учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма. Внеурочная деятельность является одним из условий сохранения полноценного психологического здоровья.

Курс Спортивного клуба «Олимпик» - это комплекс занятий в начальной школе направленных на формирование и сохранение здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы, благоприятной для развития школьника.

Цель программы:

Удовлетворение потребностей младших школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи программы:

Обучающие:

- 1 Освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- 2 Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

Развивающие:

- 1 Развитие культуры движений;
- 2 Развитие двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;

Воспитательные:

- 1 Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
- 2 Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.

Направление курса Спортивный клуб «Олимпик» - спортивно-оздоровительное.

Возраст детей- 7-10 лет

Программа рассчитана в 1 классе на 33 ч., во 2 – 4 классах на 34 ч., по 1 занятию в неделю.

Продолжительность занятий в 1 классах по 35 минут, а в 2 - 4 класса по 40 минут.

	класс	Количество часов в неделю	Количество часов за год
1	1 класс	1	33
2	2 класс	1	34
3	3 класс	1	34
4	4 класс	1	34

Форма обучения: очная, возможно применение дистанционных образовательных технологий, при переводе обучающихся на дистанционное обучение по разным причинам. Обучение с применением дистанционных образовательных технологий проводится в режиме реального времени с использованием сервиса видеоконференции Zoom, мессенджеров: Whatsapp, Viber, через электронную почту выдается теоретический материал и дистанционные задания согласно учебно- тематическому плану. Педагог отслеживает и корректирует результаты обучения, оказывает консультативную помощь.

Результаты освоения программы

В основу изучения курса Спортивного клуба «Олимпик» положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами.

В ходе реализации программы данного курса будет обеспечено достижение обучающимися воспитательных **результатов первого уровня:**

развитие ценностных отношений, обучающихся к своему собственному здоровью и внутреннему миру.

Воспитательный эффект: развитие эмоционально-волевой сферы, нравственной отзывчивости и сопереживания чувствам других людей, принятие социальной роли обучающегося.

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Воспитательный эффект: развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций, развитие эмоционально-волевой сферы, эмоционально-нравственной отзывчивости и сопереживания чувствам других людей, принятие социальной роли обучающегося.

Личностными результатами освоения, учащимися содержания программы 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 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;
- технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения, учащимися содержания программы являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении 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;
- 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;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Способы подведения итогов реализации программы:

Для отслеживания результатов предусматривается участие в следующих мероприятиях: спортивные состязания, самостоятельная игровая деятельность, а также включенное наблюдение за обучающимися в процессе учебно-тренировочных занятий, проверка выполнения отдельных упражнений, выполнение установленных для каждого индивидуально заданий.

3. Содержание курса с указанием форм организации и видов деятельности.

№	Название	Характеристика основных содержательных линий	Кол-во часов	Виды деятельности	Форма организации

1.	Подвижные игры	Развитие двигательных качеств	10	Упражнения разминки, игры	игровая деятельность
2.	Подвижные игры	Развитие ловкости	10	игры	игровая деятельность
3.	Подвижные игры	Развитие скоростных качеств	10	игры	игровая деятельность
4.	Подвижные игры	ОФП	4	игры	игровая деятельность

Содержание программы

Раздел 1. Игры на развитие основных умений общаться (6)

Игры, направленные на преодоление замкнутости, пассивности, скованности детей, способствующие двигательному раскрепощению. Игры, направленные на развитие языков жестов, мимики и пантомимики, на понимание того, что, кроме речевых, существуют и другие средства общения. Игры, направленные на развитие внимания ребенка к самому себе, своим чувствам, переживаниям.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- общаться со сверстниками во время игры;
- понимать мимику и пантамимику других людей;
- внимательно относиться к себе, своим чувствам и переживаниям.

Раздел 2. Игры на развитие психических процессов (6)

Обучение играм, направленным на развитие восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления, речи, на коррекцию эмоциональной сферы ребенка.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- корректировать свое эмоциональное состояние во время игры;
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием.

Раздел 3. Тропа Здоровья (6)

Формирование понятия «личная гигиена» и необходимости ее соблюдения. Формирование представления о необходимости и пользе утренней гимнастики. Показать на примерах значимость витаминов и профилактических прививок в жизни человека.

Предметные результаты

Учащиеся узнают:

- о личной гигиене и ее значении в жизни человека;
- о утренней гимнастике и правилах ее выполнения;
- о значимости профилактических прививок и пользе витаминов в жизни человека.

Учащиеся научатся:

- составлять элементарный комплекс упражнений для утренней гимнастики;
- проводить утреннюю гимнастику со сверстниками.

Раздел 4. Подвижные игры (15)

Обучение подвижным коллективным играм.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- 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;
- 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.

2 класс (34 часа)

Раздел 1. Игры на развитие основных умений общаться (6)

Игры, направленные на преодоление замкнутости, пассивности, скованности детей, способствующие двигательному раскрепощению. Игры, направленные на развитие языков жестов, мимики и пантомимики, на понимание того, что, кроме речевых, существуют и другие средства общения. Игры, направленные на развитие внимания ребенка к самому себе, своим чувствам, переживаниям.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- общаться со сверстниками во время игры;
- понимать мимику и пантомимику других людей;
- внимательно относиться к себе, своим чувствам и переживаниям.

Раздел 2. Игры на развитие психических процессов (6)

Обучение играм, направленным на развитие восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления, речи, на коррекцию эмоциональной сферы ребенка.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- корректировать свое эмоциональное состояние во время игры;
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием.

Раздел 3. Тропа Здоровья (5)

Формирование представления о необходимости и пользе утренней гимнастики, о соблюдении личной гигиены. Сформировать представление о многообразии видов спорта и показать значимость спорта в жизни человека. Формирование представления о дыхательной системе человека, обучение приемам дыхательной гимнастики.

Предметные результаты

Учащиеся узнают:

- о личной гигиене и ее значении в жизни человека;
- о утренней гимнастике и правилах ее выполнения;
- о многообразии видов спорта и значимости спорта в жизни человека;
- о дыхательной системе человека.

Учащиеся научатся:

- составлять элементарный комплекс упражнений для утренней гимнастики;
- проводить утреннюю гимнастику со сверстниками;
- элементарным приемам дыхательной гимнастики, способам снятия мышечного напряжения.

Раздел 4. Подвижные игры (17)

Обучение подвижным коллективным играм.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- 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;
- 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.

3 класс (34 часа)

Раздел 1. Игры народов России (9)

Знакомство с многообразием народов России и их традициями через обучение народным играм.

Предметные результаты

Учащиеся узнают:

- о многообразии народов России, о их традициях.

Учащиеся научиться:

- играть в традиционные игры народов России.

Раздел 2. Тропа Здоровья (7)

Формирование представления о двигательной системе человека, о значимости соблюдения правильной осанки и мерах предупреждения сколиоза и плоскостопия. Формирование представления о дыхательной системе человека, обучение приемам дыхательной гимнастики. Формирование представления о иммунитете и способах его укрепления.

Предметные результаты

Учащиеся узнают:

- о двигательной системе человека, о значимости соблюдения правильной осанки и мерах предупреждения сколиоза и плоскостопия;
- о дыхательной системе человека;
- о иммунитете и способах его укрепления

Учащиеся научатся:

- элементарным приемам дыхательной гимнастики, способам снятия мышечного напряжения;
- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки.

Раздел 3. Эстафеты (18)

Обучение различным видам эстафет.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- организовывать и проводить со сверстниками эстафеты и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения эстафет и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.

4 класс (34)

Раздел 1. Игры народов России (9)

Знакомство с многообразием народов России и их традициями через обучение народным играм.

Предметные результаты

Учащиеся узнают:

- о многообразии народов России, о их традициях.

Учащиеся научиться:

- играть в традиционные игры народов России.

Раздел 2. Тропа Здоровья (7)

Формирование представления о нервной, кровеносной системах человека, о физиологических различиях мальчиков и девочек. Формирование представления о необходимости и пользе утренней гимнастики, о соблюдении личной гигиены.

Предметные результаты

Учащиеся узнают:

- нервной, кровеносной системах человека, о физиологических различиях мальчиков и девочек;
- о необходимости и пользе утренней гимнастики, о соблюдении личной гигиены.

Раздел 3. Эстафеты (18)

Обучение различным видам эстафет.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- организовывать и проводить со сверстниками эстафеты и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения эстафет и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.

Тематическое планирование для 1 класса.

№ п.п	Название раздела, тема	Всего часов	Количество часов		Формы контроля
			теория	практика	
1.	<i>Раздел 1. Игры на развитие основных умений общаться</i> Игры «Путаница», «Паровозик»	1	+	1	Индивидуальный опрос
2.	«Я и мое тело». Игры «Зеркальное отображение»	1		1	Показ, объяснение
3.	«Я и мой язык». Игры «Иностранец» «Я знаю»	1		1	Точное выполнение
4.	«Я и мой язык». Игры «Ромашка»	1		1	Показ, объяснение
5.	«Я и Я». Игра «Зоопарк»	1		1	Точное выполнение
6.	«Я и Я». Игра «Охота»	1		1	Точное выполнение
7.	<i>Раздел 2. Игры на развитие психических процессов</i> Игры на развитие восприятия «Выложи сам», «Волшебная палитра»	1		1	Показ, индивидуальная работа
8.	Игры на развитие внимания «Не перепутай», «нос – ухо – нос», «Съедобное – несъедобное»	1		1	Индивидуальная работа
9.	Игры на развитие памяти «Воздух, вода, земля, ветер», «Повтори-ка»	1		1	Индивидуальная работа
10.	Игра на развитие воображения «Изобрази сказку»	1		1	Работа в группах
11.	Игра на развитие мышления и речи «Испорченный телефон»	1		1	Индивидуальная работа
12.	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка «Баба Яга», «Несмеяна»	1		1	Показ, индивидуальная работа
13.	<i>Раздел 3. Тропа Здоровья</i> Вводное занятие. «Уроки Мойдодыра»	1		1	Показ, индивидуальная работа

14.	«Встречают по одежке». Личная гигиена	1		1	Показ, индивидуальная работа
15.	«Бодрое утро!». Утренняя гимнастика.	1		1	Индивидуальная работа
16.	«От улыбки хмурый день светлей...»	1		1	Работа в парах
17.	Умные витамины	1		1	Работа в группах
18.	Зачем нужны прививки?	1		1	Показ, индивидуальная работа
19.	Раздел 4. Подвижные игры «Улитка», «Змейка», «Иголочка и ниточка»	1	+	1	Индивидуальный опрос
20.	«Коршун и наседка»	1		1	Индивидуальная работа
21.	«Вызов номеров»	1		1	Объяснение, судейство
22.	«Удочка», «Рыбак и рыбки»	1		1	Работа в парах
23.	«Море волнуется – раз»	1		1	Работа в парах
24.	«Два Мороза», «Снежки»	1		1	Работа в парах
25.	«Летающий мяч»	1		1	Объяснение, показ, точное выполнение
26.	«Воробьи-попрыгунчики»	1		1	Индивидуальная работа
27.	«Бег сороконожек», «Паровоз и вагоны»	1		1	Индивидуальная работа
28.	«Лохматый пёс»	1		1	Объяснение, судейство
29.	«Волк во рву»	1		1	Индивидуальная работа
30.	«Медведь, что ты ешь?»	1		1	Индивидуальная работа
31.	«Жмурки»	1		1	Объяснение, судейство
32.	«Комический футбол»	1		1	Работа в группах
33.	«Мяч среднему»	1	+	1	Индивидуальный опрос
	Итого:	33	4	33	

Тематическое планирование для 2 класса.

№ п.п	Название раздела, тема	Всего часов	Количество часов		Формы контроля
			теория	практика	
1.	Раздел 1. Игры на развитие основных умений общаться «Я и мое тело». Игры «Гусеница», «Девочки и мальчики», «Что мы делали сегодня?»	1	+	1	Индивидуальный опрос

2.	«Я и мое тело». Игры «Спичечный коробок», «Сиамские близнецы»	1		1	Показ, объяснение
3.	«Я и мой язык». Игры «Отгадай, чей голосок?», «Ноев ковчег»	1		1	Точное выполнение
4.	«Я и мой язык». Игры «Интервью», «Касание спинами»	1		1	Показ, объяснение
5.	«Я и Я». Игра «Все кого зовут»	1		1	Точное выполнение
6.	«Я и Я». Игра «Копия памятника»	1		1	Точное выполнение
7.	Раздел 2. Игры на развитие психических процессов Игры на развитие восприятия «Испорченный телефон»	1		1	Показ, индивидуальная работа
8.	Игры на развитие внимания «Карлики и великаны», «По алфавиту», «Шишки, желуди, орехи»	1		1	Индивидуальная работа
9.	Игры на развитие памяти «Я знаю пять имен», «Города – реки»	1		1	Индивидуальная работа
10.	Игра на развитие воображения «Три слова»	1		1	Работа в группах
11.	Игра на развитие мышления и речи «У медведя во бору»	1		1	Индивидуальная работа
12.	Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка «Доверяющее падение», «Психологический портрет»	1		1	Показ, индивидуальная работа
13.	Раздел 3. Трона Здоровья «Чистота – залог здоровья». Личная гигиена	1		1	Показ, индивидуальная работа
14.	Утренняя гимнастика	1		1	Показ, индивидуальная работа
15.	Спорт и мы	1		1	Индивидуальная работа
16.	«Если хочешь быть здоров, закаляйся»	1		1	Работа в парах
17.	«Дышите – не дышите». Дыхательная гимнастика	1		1	Работа в группах
18.	Раздел 4. Подвижные игры «Третий лишний»	1		1	Показ, индивидуальная работа
19.	«Охотники и утки»	1	+	1	Индивидуальный опрос
20.	«Пустое место»	1		1	Индивидуальная работа
21.	Салочки «Чай-чай-выручай!»	1		1	Объяснение, судейство
22.	«Штандер»	1		1	Работа в парах

23.	«Шапка-невидимка»	1		1	Работа в парах
24.	«Картошка»	1		1	Работа в парах
25.	«Вышибалы»	1		1	Объяснение, показ, точное выполнение
26.	«Путаница»	1		1	Индивидуальная работа
27.	«Совушка»	1		1	Индивидуальная работа
28.	«Пустое место»	1		1	Объяснение, судейство
29.	«Салка»	1		1	Индивидуальная работа
30.	«Карусель»	1		1	Индивидуальная работа
31.	«Мышеловка»	1		1	Объяснение, судейство
32.	«Бездомный заяц»	1		1	Работа в группах
33.	«Белые медведи»	1	+	1	Индивидуальный опрос
34.	Эстафеты	1		1	Индивидуальная работа
	Итого:	34	4	34	

Тематическое планирование для 3 класса.

№ п.п	Название раздела, тема	Всего часов	Количество часов		Формы контроля
			теория	практика	
1.	<i>Раздел 1. Подвижные игры</i> «Салки»	1	+	1	Индивидуальный опрос
2.	«Боулинг»	1		1	Показ, объяснение
3.	«Кёрлинг»	1		1	Точное выполнение
4.	«Пустое место»	1		1	Показ, объяснение
5.	«Салка»	1		1	Точное выполнение
6.	Салочки «Чай-чай-выручай!»	1		1	Точное выполнение
7.	«Колдунчики»	1		1	Показ, индивидуальная работа
8.	«Ястреб и утки»	1		1	Индивидуальная работа
9.	«Вышибалы»	1		1	Индивидуальная работа
10.	<i>Раздел 2. Тропа Здоровья</i> Вводное занятие. Чудесный оркестр жизни	1		1	Работа в группах
11.	«Движение – жизнь». Скелет и осанка	1		1	Индивидуальная работа
12.	Что такое сколиоз?	1		1	Показ, индивидуальная работа
13.	Что такое плоскостопие?	1		1	Показ, индивидуальная

					работа
14.	Основа жизни – дыхание. Дыхательная гимнастика.	1		1	Показ, индивидуальная работа
15.	Здоровье изнутри	1		1	Индивидуальная работа
16.	Универсальные телохранители	1		1	Работа в парах
17.	Раздел 3. Эстафеты «Бег по кочкам»	1		1	Работа в группах
18.	Эстафета с обручами	1		1	Показ, индивидуальная работа
19.	«Посадка овощей»	1	+	1	Индивидуальный опрос
20.	«Вьюны»	1		1	Индивидуальная работа
21.	«Скорый поезд»	1		1	Объяснение, судейство
22.	«Третий лишний»	1		1	Работа в парах
23.	Эстафета с мячами	1		1	Работа в парах
24.	«Передал – садись»	1		1	Работа в парах
25.	«Мяч сквозь обруч»	1		1	Объяснение, показ, точное выполнение
26.	Богатырская эстафета	1		1	Индивидуальная работа
27.	«Пингвин с мячом»	1		1	Индивидуальная работа
28.	Эстафета со скакалками	1		1	Объяснение, судейство
29.	«Туннель»	1		1	Индивидуальная работа
30.	«Переправа»	1		1	Индивидуальная работа
31.	«Чемпионы беговой эстафеты»	1		1	Объяснение, судейство
32.	«Прыжковая эстафета»	1		1	Работа в группах
33.	«Чемпионы малого мяча»	1	+	1	Индивидуальный опрос
34.	Веселые старты	1		1	Индивидуальная работа
	Итого:	34	4	34	

Тематическое планирование для 4 класса.

№ п.п	Название раздела, тема	Всего часов	Количество часов		Формы контроля
			теория	практика	
1.	Раздел 1. Подвижные игры Подвижная игра «Волк и овцы»	1	+	1	Индивидуальный опрос
2.	«Путаница»	1		1	Показ, объяснение
3.	«Хищник в море»	1		1	Точное выполнение

4.	«Вызов номеров»	1		1	Показ, объяснение
5.	«Хитрая лиса»	1		1	Точное выполнение
6.	«Стой!»	1		1	Точное выполнение
7.	«Иголочка и ниточка»	1		1	Показ, индивидуальная работа
8.	«Коршун и наседка»	1		1	Индивидуальная работа
9.	«Море волнуется раз»	1		1	Индивидуальная работа
10.	Раздел 2. Тропа Здоровья Центр управления	1		1	Работа в группах
11.	Органы чувств	1		1	Индивидуальная работа
12.	Красивая осанка- залог здоровья.	1		1	Показ, индивидуальная работа
13.	Сердце.	1		1	Показ, индивидуальная работа
14.	Рубашка, которая ближе всего к телу. Личная гигиена	1		1	Показ, индивидуальная работа
15.	Мальчики и девочки: мы такие разные	1		1	Индивидуальная работа
16.	Утренняя гимнастика – первые шаги к здоровью	1		1	Работа в парах
17.	Раздел 3. Эстафеты «Бег сороконожек»	1		1	Работа в группах
18.	«Гонка мячей»	1		1	Показ, индивидуальная работа
19.	«Игольное ушко»	1	+	1	Индивидуальный опрос
20.	Эстафета «зверей»	1		1	Индивидуальная работа
21.	«Прохождение болота»	1		1	Объяснение, судейство
22.	«Вызов игроков»	1		1	Работа в парах
23.	Подвижные игры «Салочки», «Чай, чай выручай»	1		1	Работа в парах
24.	«Гонка мячей»	1		1	Работа в парах
25.	«Три прыжка»	1		1	Объяснение, показ, точное выполнение
26.	«Художники»	1		1	Индивидуальная работа
27.	«Штандер»	1		1	Индивидуальная работа
28.	Эстафета с преодолением препятствий	1		1	Объяснение, судейство
29.	Встречная эстафета	1		1	Индивидуальная работа
30.	Подвижная игра «Вышибалы»	1		1	Индивидуальная работа
31.	«Прыжки через резинку»	1		1	Объяснение, судейство
32.	«Чемпионы большого мяча»	1		1	Работа в группах
33.	Веселые старты	1	+	1	Индивидуальный опрос
34.	«Малые олимпийские игры»	1		1	Индивидуальная работа
	Итого:	34	4	34	

Методическое обеспечение. 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: эстафеты, соревнования, конкурсы.
- Организация работы групповая

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности для обучающихся: игровой и учебной.

Начало работа по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и обучающимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

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

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр.

4. Материально- техническое обеспечение:

Д – демонстрационный экземпляр (1экземпляр);

К – полный комплект (для каждого ученика);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

П – комплект

1.	Канат для лазанья	2	П
2.	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	3	П
3.	Стенка гимнастическая	12	П
4.	Скамейка гимнастическая (длиной 3м)	4	П
5.	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	3; 2; 6	П
6.	Мячи: набивные весом 1 кг, баскетбольные, волейбольные, футбольные, резиновые мячи	6; 25; 9; 5;25	Ф
7.	Палка гимнастическая	25	К
8.	Скакалка детская	30	К
9.	Мат гимнастический	13	П
10.	Кегли	20	К
11.	Обруч металлический детский	14	Ф
12.	Экспандер	25	К

13.	Мяч теннисный	12	Ф
14.	Щит баскетбольный тренировочный	6	Д
15.	Сетка для переноски и хранения мячей	4	П
16.	Сетка волейбольная	1	Д
17.	Аптечка	1	Д
18.	Модуль	1	Д
19.	Прыгуны (фитболы)	3	Д

5. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса:

Нормативные документы:

1. Матвеев А.П. Физическая культура: Начальные классы. Программы общеобразовательных учреждений
2. Программа физического воспитания с оздоровительной направленностью учащихся общеобразовательных школ Курганской области.
3. Федеральный компонент государственного стандарта по физической культуре.

Учебно- методическая литература для педагога:

1. Матвеев А.П. Физическая культура: Начальные классы. Программы общеобразовательных учреждений
2. Матвеев А.П. Методика преподавания физической культуры в 1-4 класс.
3. Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа. В 2ч. Ч. 2.- 3-е изд., перераб.- М.: просвещение.- 231с.- (стандарты второго поколения).
4. Физическая культура. Входные и итоговые проверочные работы: 1-4 классы/ Авт.- сост. В.Н.Верхлин, К.А. Воронцов.- М.: ВАКО.-48с. (Контрольно-измерительные материалы) Новый ФГОС.

Учебные пособия для обучающихся:

1. А.П.Матвеев. Физическая культура: учеб. Для учащихся 1кл. нач. шк./ А.П. Матвеев; Рос. Акад.наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение». –М. : Просвещение,- 112с.

2. А.П.Матвеев. Физическая культура: учеб. Для учащихся 2кл. нач. шк./ А.П. Матвеев; Рос. Акад.наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение». –М. : Просвещение,- 128с.
3. А.П.Матвеев. Физическая культура: учеб. Для учащихся 3-4кл. нач. шк./ А.П. Матвеев; Рос. Акад.наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение». –М. : Просвещение,- 160с.

Интернет-ресурсы:

1. Фестиваль «Открытый урок»//festival.1september.ru
2. О здоровье и здоровом образе жизни школьника//www.1945msk.ru
3. Российский общеобразовательный портал//www.school.edu.ru
4. Сайт министерства образования и науки Российской Федерации//www.ed.gov.ru
5. Учительская газета//www.ug.ru