

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Пилюгинская средняя общеобразовательная школа»  
Бугурусланского района Оренбургской области**

Принято Утверждаю:  
на педагогическом совете школы  
Протокол № 9  
от 30.08. 2024 г

Директор МБОУ «Пилюгинская СОШ»

\_\_\_\_\_  
Е.Г. Михалева  
Приказ № 262 от 30.08. 2024 г

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
спортивной направленности  
«Спортивный калейдоскоп»**

Возраст обучающихся: 7 – 10 лет

Срок реализации: 1 год

**Автор – составитель: Саликова Ольга Евгеньевна**

**с. Пилюгино, 2024**

## Содержание

Раздел I 1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Направленность дополнительной образовательной программы.....	3
1.2. Уровень освоения программы.....	3
1.3 Актуальность программы.....	3
1.4 Новизна программы.....	4
1.5 Отличительные особенности программы.....	4
1.6. Уровень усвоения программы.....	4
1.7. Адресат программы.....	5
1.8.Объем и сроки освоения программы.....	6
1.9. Формы организации образовательного процесса.....	6
2.0. Режим занятий.....	6
2.1 Цель и задачи программы.....	6
2.1 Планируемые результаты.....	7-8
3.Учебный план.....	9-10
Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий. Календарный учебный график.....	11-14
Список литературы. ....	15
4.0. Система отслеживания и оценивания результатов.....	17

## Раздел 1.1. Пояснительная записка

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Приказ Минпросвещения от 09.11.2018 № 196(ред. от 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Минпросвещения России от 19 октября 2020 г. № 575 "Об утверждении Методики расчета показателя "Формирование эффективной системы выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи, основанной на принципах справедливости, всеобщности и направленной на самоопределение и профессиональную ориентацию всех обучающихся";
- Государственной программой Российской Федерации «Развитие образования» 2018-2025гг;
- Постановление Правительства Оренбургской области от 04.07.2019 года №485-пп «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Оренбургской области»;
- Постановление Правительства Оренбургской области от 14.01.2021 года «5-п «О запуске в промышленную эксплуатацию автоматизированной системы «Государственные (муниципальные) услуги в сфере образования Оренбургской области»;
- Региональный проект «Успех каждого ребенка» Национального проекта «Образования» (+ соглашения с главами муниципальных образований о выполнении показателей проекта);
- Приказ министерства образования Оренбургской области от 23.07.2020 года № 01-21/979 «О создании Регионального модельного центра дополнительного образования детей в Оренбургской области»;
- Приказ министерства образования Оренбургской области от 25.03.2021 года № 01-21/488 «О наполнении Навигатора дополнительного образования детей»;
- Порядка зачета организацией, осуществляющей образовательную деятельность, результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 30.07.2020 № 845/369;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 №882/391;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.2.3648-20);

- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 (начало и окончание занятий, продолжительность учебных занятий, учебная нагрузка при пятидневной и шестидневной учебной недели, продолжительность выполнения домашних заданий, шкалы трудности учебных предметов на уровне начального общего, основного общего, среднего общего образования);
- Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Пилюгинская средняя общеобразовательная школа».

### 1.1. Направленность дополнительной образовательной программы

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивный kaleidoscope» может рассматриваться как одна из ступеней формирования здорового образа жизни неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников.

### 1.2. Уровень освоения программы

**Стартовый уровень.** Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предполагаемого для освоения содержания программы.

### 1.3. Актуальность программы

Активная двигательная деятельность игрового характера вызывает ее положительные эмоции и усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять интересомодные движения, незамечая усталости. Это приводит к развитию выносливости. 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. 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, 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. В них ярко отражается 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 точны 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 .

#### 1.4. Новизна программы

Новизна данной образовательной программы заключается в том, что она составлена на основе материала, спортивные игры, который воспитанники изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учётом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времени года, местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. При правильной организации педагогического процесса, опирающегося на социальную, педагогическую, организационную, методическую и спортивно - оздоровительную его составляющие, появляется возможность создания ребёнку «ситуации успеха». На основе успешного опыта раскрытия личности в рамках объединения по «Спортивный калейдоскоп» воспитанник будет более целенаправленно само реализовываться в условиях взрослой жизни. Кроме того, новизна данной образовательной программы заключается в том, что используются новые педагогические технологии в проведении занятий, такие как, информационно-коммуникационные в том числе электронные и дистанционные. Определяет новизну программы, вместе с тем формат требования к сжатым срокам усвоения программного материала.

#### 1.5 Отличительные особенности программы

**Отличительными особенностями** данной программы является расширение возможностей физического воспитания на основе планирования и организации процесса развития двигательных способностей в процессе игры с мячом скакалкой и другим инвентарем, и максимального приближения занятий к игровой деятельности, соответствие их содержания возможностям и подготовленности детей; социально-личностная направленность программных задач.

#### 1.6. Уровень освоения программы

**Стартовый уровень.** Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предполагаемого для освоения содержания программы.

#### 1.7. Адресат программы

<b>Программа</b>	<b>предназначена</b>	<b>для</b>	<b>обучающихся</b>	<b>1-4</b>
<b>классов.</b> Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью .				
В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества , но и активно развиваются сознание , мышление , творческая самостоятельность .				
Занятия проводятся в учебном кабинете , на улице , в спортивном зале после всех уроков основного расписания , продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН.				
Данная работа начинается на доступном младшим школьникам уровне , преимущественно в виде :				
– подвижных игр , веселых стартов				
– народных оздоровительных игр				

- прогулок, экскурсий
- спортивно-оздоровительных часов
- физкультурных праздников
- спортивных соревнований.

Основные направления реализации программы :

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

**Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивный калейдоскоп» состоит из 8 частей:**

- **Вводное теоретическое занятие (2ч.)** Правила поведения и безопасности во время занятий подвижными играми
- **«Современные подвижные игры» (6 ч):** ознакомление с играми, требующими командного состава.
- **«Игры народов мира» (8 ч):** ознакомление с играми старины, культурой и этикетом того времени.
- **«Зимние игры» (8 ч.):** в этот раздел вошли игры на свежем воздухе в зимнее время. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др.
- **«Интеллектуальные игры» (10 ч):** игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей, скорости реакции, развитию речи, умению найти свое место в коллективе
- **«Игры народов России» (10 часов):** познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развивать силу, ловкость и физические способности. Воспитывать толерантность при общении в коллективе.
- **«Эстафеты» (8 часов):** познакомить с правилами эстафет. Развивать быстроту реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности
- **Настольные игры (8 ч.):** игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи.
- **Игры на свежем воздухе (10ч.)** Физические упражнения на природе чрезвычайно благоприятны для совершенствования многих движений детей, развития их двигательных качеств. Широкий простор позволяет двигаться активно, свободно, непринужденно, что способствует развитию сноровки, ловкости, выносливости ребенка.
- **Итоговые занятия (2ч.)** Дети вспоминают все игры, с которыми они познакомились в течение года. Играют в понравившиеся игры

**Количество часов программы** внеурочной деятельности и их место в учебном плане. Программа внеурочной деятельности «Спортивный калейдоскоп» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 2 часа в неделю. Всего 72 часа в год.

### 1.8. Объем и сроки освоения программы

Программа «Спортивный калейдоскоп» рассчитана на 1 год обучения с объемом учебного времени 72 ч

### 1.9. Формы организации образовательного процесса

Формы организации детей различны. Данная работа начинается на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде:

- подвижных игр, веселых стартов
- народных оздоровительных игр
- прогулок, экскурсий
- спортивно-оздоровительных часов
- физкультурных праздников
- спортивных соревнований.

### 2.0 Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю, 72 часа в год

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа, каждое занятие по 45 минут, 10 мин перемена.

Среда: 14.50 -15.35

15.45 - 16.30

### 2.1. Цели и задачи программы

**Цель программы** - формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостному развитию физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, а также приобщение детей к регулярным занятиям спортом по различным видам деятельности.

#### Задачи программы

##### Образовательные:

- обогатить знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.
- обучить навыкам и умениям в физкультурно - оздоровительной и спортивно- оздоровительной деятельности;
- приобрести конкретные знания в области гигиены, здорового образа жизни. - приобщить учащихся, в каком-либо виде спорта.
- научить использовать компьютерные технологии при изучении того или иного вида спорта, работать дистанционно.

##### Воспитательные:

- воспитывать положительные качества личности, профилактика вредных привычек.
- формировать мотивации к физкультурно-спортивной деятельности через историю развития спорта, развитие психологической и коммуникативной культуры.
- формировать навыки здорового образа жизни, воспитание культуры поведения.

##### Развивающие:

- формировать культуру движений, обогатить двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами различных видов спорта;
- укреплять здоровье, через развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма

## **2.2. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности:**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивный калейдоскоп является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения цели и готовности к преодолению трудностей
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивный калейдоскоп» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### ***Регулятивные УУД:***

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

### ***Познавательные УУД:***

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую : предлагать свои правила игры на основе знакомых игр ;
- устанавливать причинно – следственные связи .

#### **Коммуникативные УУД :**

- взаимодействие , ориентация на партнёра , сотрудничество и кооперация ( в командных видах игры ) ;
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач ;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения , в том числе несовпадающих с собственной , и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии ;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве ;
- формулировать собственное мнение и позицию ;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности , в том числе в ситуации столкновения интересов ;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им ;
- учиться выполнять различные роли в группе .

#### **Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности :**

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

#### **Требования к знаниям и умениям ,**

которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности .

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно – оздоровительному направлению « Спортивный калейдоскоп » обучающиеся должны **знать** :

- основы истории развития подвижных игр в России ;
  - педагогические , физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям в воспитании физических качеств ;
  - возможности формирования индивидуальных черт личности посредством регулярных занятий ;
  - правила личной гигиены , профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи ;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность ;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья ;

Концу года обучения обучающихся должны знать и уметь :

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях ;
- отвечать за свои поступки ;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора ;
- 

технически правильно осуществлять двигательные действия ,

использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга ;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения ;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения ;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения ;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями ,

оказывать первую помощь при травмах несчастных случаях ;

- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием .

### **Формы учета знаний и умений ,**

система контролируемых материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

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

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности :

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

### **3. Учебный план.**

#### **3.1. Оформление учебного плана (72 ч в год, 2 часа)**

<b>№ п\п</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Всего часов</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Формы аттестации контроля</b>
<b>1</b>	Вводное теоретическое занятие. Знакомство с коллективом. Краткая программа курса. Т.Б.	2 ч	Ознакомление обучающихся с режимом работы кружка, содержанием предстоящей работы. Просмотр учебного фильма Беседа о подвижных играх; о том, какие игры знают дети. Просмотр видеоролика  Техника безопасности во время спортивных занятий.	Набор кружковцев. Знакомство с детьми – круг общения. Знакомство с	Комбинированная

				правилами техники безопасности	
2	Современные подвижные игры	6 ч	Беседа. Ознакомление с играми старины, культурой и этикетом того времени.	Осваивать технику разучиваемых игр, а также упражнений.	Комбинированная
3	«Игры народов мира»	8 ч	Беседа. Ознакомление с играми старины, культурой и этикетом того времени. Народные игры – основа игровой культуры. Роль места игр в жизни людей. Ярмарка народных игр.	<b>Осваивать</b> технику разучиваемых игр. Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан – ба»; - разучивание народных игр. Игра «Чижик»; - разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»; - разучивание народных игр. Игра «Чехарда»; - разучивание народных игр «Лапта» и другие	Комбинированная
4	Зимние игры	8 ч	Беседа «Закаливание и его влияние на организм». Первая помощь при обморожении. Викторина: «В дружбе – наша сила!» Беседа «Игры на свежем воздухе в зимнее время»	<b>Осваивать</b> технику разучиваемых игр игра с мячами «Скатывание шаров»; - игра «Снежный ком»;	Комбинированная

				<ul style="list-style-type: none"> <li>- игра «Клуб ледяных инженеров»;</li> <li>- игра «Мяч из круга»;</li> <li>- игра «Гонка с шайбами»;</li> <li>- игра «Черепахи».</li> </ul>	
5	Интеллектуальные игры	10 ч	Игры, направленные на развитие интеллектуальных способностей	Игры, головоломки, др	Комбинированная
6	Игры народов России	10 ч	Познакомить с разнообразием игр различных народов, проживающих в России	Игры народов России	Комбинированная
7	Эстафеты	8 ч	Знакомство с правилами эстафет	<ul style="list-style-type: none"> <li>- беговая эстафета;</li> <li>- эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками);</li> <li>- эстафеты на развитие статического и динамического равновесия.</li> <li>- Флэш-моб. «Планета друзей»</li> </ul>	Комбинированная
8	Настольные игры	8 ч	Игры, помогающие всестороннему развитию детей, способствующие развитию памяти, внимания, мышления, сообразительности, настойчивости, развитию речи.	Настольные игры «Хоккей», «Футбол» и др.	
9	Игры на свежем воздухе	10 ч	История возникновения игр с мячом. Беседа: «Где и как растут чемпионы!»		Комбинированная

10	Итоговые занятия	2 ч	Подведение итогов, краткое повторение всех тем	Дети вспоминают все игры, с которыми они познакомились в течение года.	
----	------------------	-----	--	--	--

**Раздел II. Комплекс организационно- педагогических условий  
Календарный учебный график**

№ п\п	Тема занятия	Количество часов	Форма контроля	Дата проведения	
				По плану	Фактич.
1	Введение. Знакомство с коллективом.	1	Фронтальная		
2	Краткая программа курса. ТБ.	1			
<b>Современные подвижные игры (6ч)</b>					
3	Беседа о подвижных играх	1	Фронтальная		
4	Просмотр видеоролика «Что мы знаем об игре»	1			
5	Игра «Бабочки»	1	Фронтальная		
6	Игра «Цыплята и наседка»	1	Фронтальная		
7	Игра «Быстрее - медленнее»	1	Фронтальная		
8	Игра «Бежим к Кате»	1	Фронтальная		
<b>Игры народов мира (8 ч )</b>					
9	Познавательная беседа «Игры народов мира»	1	Фронтальная		
10	Игра «Салки» (Пятнашки), Россия	1	Фронтальная		
11	Игра "Балтени", Латвия	1	Фронтальная		
12	Игра "Бег с платком", Канада	1	Фронтальная		
13	Игра «Котятки», Белоруссия	1	Фронтальная		
14	Игра "Дай платочек", Азербайджан	1	Фронтальная		
15	Игра "Пунипуни", Новая Зеландия	1	Фронтальная		

16	Игра "Рыбки в неводе", Новая Гвинея		Фронтальная		
<b>Зимние игры (8 ч)</b>					
17	Викторина с элементами видеороликов. «Зимние виды спорта»	1	Фронтальная		
18	Игра в снежки	1	Фронтальная		
19	Игра в снежки	1	Фронтальная		
20	Лепка снежных баб	1	Фронтальная		
21	Лепка крепостей.	1	Фронтальная		
22	Лепка крепостей.	1	Фронтальная		
23	«Катание на санках»	1	Фронтальная		
24	«Катание на санках»	1	Фронтальная		
<b>«Интеллектуальные игры» (10 ч)</b>					
25	Магазин головоломок	1	Фронтальная		
26	Магазин головоломок	1	Фронтальная		
27	«Собери пословицу»	1	Фронтальная		
28	«Собери пословицу»	1	Фронтальная		
29	Викторина «Спорт вокруг нас»	1	Фронтальная		
30	Викторина «Спорт вокруг нас»	1	Фронтальная		
31	Викторина «Спорт в мультфильмах»	1	Фронтальная		
32	Викторина «Спорт в мультфильмах»	1	Фронтальная		
33	Видеоролики о спортивных играх	1	Фронтальная		
34	Видеоролики о спортивных играх	1	Фронтальная		
<b>Игры народов России (10 ч)</b>					
35	Русские народные игры «Жмурки», «Кот и мышь».	1	Фронтальная		
36	Русские народные игры «Ловушки	1	Фронтальная		

	с приседаниями», «Фанты» .				
37	Русские народные игры «Волк», «Птицелов».	1	Фронтальная		
38	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень».	1	Фронтальная		
39	Бурятская народная игра «Ищем палочку».	1	Фронтальная		
40	Дагестанские народные игры «Выбей из круга».	1	Фронтальная		
41	Марийская народная игра «Катание мяча».	1	Фронтальная		
42	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки».	1	Фронтальная		
43	Чувашская игра «Рыбки».	1	Фронтальная		
44	Татарская народная игра «Серый волк».	1	Фронтальная		
<b>«Эстафеты» (8ч)</b>					
45	Профилактика нарушения осанки	1	Фронтальная		
46	Эстафета «Передача мяча» .	1	Фронтальная		
47	Эстафета со скакалкой.	1	Фронтальная		
48	Эстафета со скакалкой.	1	Фронтальная		
49	Эстафета «С мячом».	1	Фронтальная		
50	Эстафета по кругу.	1	Фронтальная		
51	Эстафета по кругу.	1	Фронтальная		
52	Эстафета с обручем.	1	Фронтальная		
<b>Настольные игры (8 ч)</b>					

53	Игра «Лото»	1	Фронтальная		
54	Детское домино	1	Фронтальная		
55	Шашки.	1	Фронтальная		
56	Шахматы	1	Фронтальная		
57	Игра «Лото»	1	Фронтальная		
58	Детское домино	1	Фронтальная		
59	Шашки.	1	Фронтальная		
60	Хоккей	1	Фронтальная		
<b>Игры на свежем воздухе (8 ч)</b>					
61	Игра «Классики»	1	Фронтальная		
62	Игра «Вышибало»	1	Фронтальная		
63	Игра «Резиночка»	1	Фронтальная		
64	Игра «А какой твой цвет?»	1	Фронтальная		
65	Игра «Застывшее королевство»	1	Фронтальная		
66	Игра «Салки с защитником»	1	Фронтальная		
67	Игра «Жмурки»	1	Фронтальная		
68	Игра «Бездомный заяц»	1	Фронтальная		
69	Игра «Воробьи и попрыгунчики»	1	Фронтальная		
70	Игра «Охотники и утки»	1	Фронтальная		
71	Итоговое занятие.	1	Фронтальная		
72	Игры по желанию детей.	1	Фронтальная		

**4.0. Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей** может быть представлена в соревнованиях и конкурсах.

Учащиеся должны демонстрировать выполнять:

<i>Физические способности</i>	<i>Физические упражнения</i>	<i>Мальчики</i>	<i>Девочки</i>
Скоростные	Бег с высокого старта:	Быстро	равномерно

	30 метров 60 метров	равномерно	равномерно
Силовые	Прыжки на левой правой ноге с продвижением вперед	равномерно, удерживая равновесие тела 5-8 м	медленно
	Прыжки на двух ногах: «Зайка» «Кенгуру» «Лягушка»  Прыжки «По полоскам» Прыжок в длину с места	равномерно 8 м равномерно 5 м удерживая равновесие тела – 5 м (шир.50-70 см.) от 130-135 см	равномерно 8 м равномерно 5 м удерживая равновесие тела – равномерно от 115-125 см
К выносливости	Бег 300 – 500 Бег с чередованием ходьбы до 500 м	без учета времени без учёта времени	без учета времени без учёта времени
К координации	Бег по прямой, «змейкой», «противоходом», «челночный бег 3х10», «эстафета с бегом до предмета»	без учета времени  равномерно	без учета времени равномерно

#### Список литературы

1. Аранская О.С. Игра как средство формирования здорового образа жизни.-2002. №5.-с.54.
2. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
3. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Руководство для работников системы общего образования.-М.: 2004.
4. ФГОС Примерные программы начального образования. – «Просвещение», Москва, 2009. ФГОС Планируемые результаты начального общего образования. – «Просвещение», Москва. 2009.
5. Антропова, М.В., Кузнецо Смирнов И.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. М., 2002
- 6.Трофимова Г.В. Помоги себе сам. Минск, 2003.

7. Тихомирова Л.Ф. 1. Зимние подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2009.
8. Клуб здоровья и долголетия. <http://www.100let.net/index.htm> Уроки здоровья. М., 2002
9. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2007.
10. Подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2007.
11. <http://collegy.ucoz.ru/publ/6>
12. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М. ВАКО 2007 г. - / Мастерская учителя.
13. Дереклеева, Н.И. Справочник классного руководителя: 1-4 классы / Под ред. И.С. Артюховой. – М.: ВАКО, 2007 г., - 167 с. (Педагогика. Психология. Управление.)