



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Одинцовская средняя общеобразовательная школа N25

РАСМОТРЕНО ШМО учителей начальных классов  А.А.Бочарникова Протокол № 1 от 30.08.2024г.	СОГЛАСОВАНО на заседании методического совета  Л.В.Сизова Протокол № 1 от 30.08.2024г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ Одинцовской СОШ №5  М.А.Мезенцева Приказ № 222 от 30.08.2024г.
--	---	---

Внеурочная деятельность

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

1-4 кл ФГОС НОО

НАПРАВЛЕНИЕ: физкультурно-спортивное и оздоровительное

ФОРМА: кружок

НАЗВАНИЕ: «Спорт-это здоровье»

КЛАСС: 1-4

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ:1 ч в неделю,

1 класс-33 ч, 2-4 класс-34 ч.

СОСТАВИТЕЛИ: учителя начальных классов

Одинцово, 2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа начального общего образования кружка «**Спорт - это здоровье**» составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрена решением ФУМО от 02.06.2020 г.).

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в воспитании здорового поколения, государственная политика с национальными целями увеличения продолжительности жизни граждан России и научная теория физической культуры, представляющая закономерности двигательной деятельности человека. Здоровье закладывается в детстве, и качественное образование в части физического воспитания, физической культуры детей дошкольного и начального возраста определяет образ жизни на многие годы.

Основные предметные результаты кружка «подвижные игры» в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (далее — ФГОС НОО) должны обеспечивать умение использовать основные гимнастические упражнения для формирования и укрепления здоровья, физического развития, физического совершенствования, повышения физической и умственной работоспособности.

Овладение жизненно важными навыками физических упражнений позволяет решить задачу овладения жизненно важными навыками. Программа включает упражнения для развития гибкости и координации, эффективность развития которых приходится на возрастной период начальной школы. Целенаправленные физические упражнения позволяют избирательно и значительно их развить.

Программа обеспечивает «сформированность общих представлений о физической культуре и спорте, физической активности, физических качествах, жизненно важных прикладных умениях и навыках, основных физических упражнениях (игровых и спортивных)».

Освоение программы обеспечивает выполнение обучающимися нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и другие предметные результаты ФГОС НОО, а также позволяет решить воспитательные задачи, изложенные в примерной программе воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 2 июня 2020 года № 2/20).

Формы и методы занятий.

В процессе занятий используются различные формы занятий:

традиционные, комбинированные и практические занятия; лекции, игры, праздники, конкурсы, соревнования и другие.

А также различные методы:

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.);
 - наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
- практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
 - репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
 - частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;
- эвристический – проблема формируется детьми, ими же предлагаются способы её решения;
- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;

- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

На изучение кружка «Спорт - это здоровье» в 1 классе отводится 1 час в неделю, 33 ч. в год, во 2-4 классах отводится 1 час в неделю, 34 ч. в год.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Физическая культура. Культура движения. Регулярные занятия физической культурой в рамках внеурочной деятельности.

Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа, сидя, у опоры.

Правила поведения на занятиях подвижными и спортивными играми. Место для занятий физическими упражнениями. Спортивное оборудование и инвентарь. Одежда для занятий физическими упражнениями. Техника безопасности при выполнении физических упражнений, проведении игр и спортивных эстафет.

Распорядок дня. Личная гигиена. Основные правила личной гигиены.

Самоконтроль. Строевые команды, построение, расчёт.

Физические упражнения

Упражнения по видам разминки

Общая разминка. Упражнения общей разминки. Влияние выполнения упражнений общей разминки на подготовку мышц тела к выполнению физических упражнений. Освоение техники выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания: приставные шаги вперёд на полной стопе (гимнастический шаг), шаги с продвижением вперёд на полупальцах и пятках («казачок»), шаги с продвижением вперёд на полупальцах с выпрямленными коленями и в полуприседе («жираф»), шаги с продвижением вперёд, сочетаемые с отведением рук назад на горизонтальном уровне («конькобежец»). Освоение танцевальных позиций у опоры.

Партерная разминка. Освоение техники выполнения упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата: упражнения для формирования стопы, укрепления мышц стопы, развития гибкости и подвижности суставов («лягушонок»); упражнения для растяжки задней поверхности мышц бедра и формирования выворотности стоп («крестик»); упражнения для укрепления мышц ног, увеличения подвижности тазобедренных, коленных и голеностопных суставов («велосипед»).

Упражнения для укрепления мышц тела и развития гибкости позвоночника, упражнения для разогревания методом скручивания мышц спины («верёвочка»); упражнения для укрепления мышц спины и увеличения их эластичности («рыбка»); упражнения для развития гибкости позвоночника и плечевого пояса («мост») из положения лёжа.

Игры и игровые задания, спортивные эстафеты

Музыкально-сценические игры. Игровые задания. Спортивные эстафеты с мячом, со скакалкой.

Спортивные игры с элементами единоборства.

Организуемые команды и приёмы

Освоение универсальных умений при выполнении организующих команд.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ начального общего образования ФГОС программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов

Личностные результаты

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения подвижных игр в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам

самопознания, саморазвития и социализации обучающихся.

Личностные результаты освоения кружка «подвижные игры» в начальной школе отражают готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

Патриотическое воспитание:

- ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

Гражданское воспитание:

- представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной

деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

Ценности научного познания:

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции;
- познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и

физического совершенствования;

- познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами

информационных технологий;

- интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

Формирование культуры здоровья:

- осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических

упражнений как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

Экологическое воспитание:

- экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты освоения образовательной программы кружка «Спорт - это жизнь» отражают овладение универсальными познавательными действиями.

В составе метапредметных результатов выделяют такие значимые для формирования мировоззрения формы научного познания, как научный факт, гипотеза, теория, закон, понятие, проблема, идея, категория, которые используются в естественно-научных учебных предметах и позволяют на основе знаний из этих предметов формировать представление о целостной научной картине мира, и универсальные учебные действия (познавательные, коммуникативные, регулятивные), которые обеспечивают формирование готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности.

Метапредметные результаты освоения образовательной программы кружка «Спорт - это жизнь» отражают овладение универсальными учебными действиями, в том числе:

1) **Познавательные универсальные учебные действия**, отражающие методы познания окружающего мира:

- ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в физической культуре (в пределах изученного), применять изученную терминологию в своих устных и письменных высказываниях;
- выявлять признаки положительного влияния занятий физической культурой на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия;
- моделировать правила безопасного поведения при освоении физических упражнений;
- устанавливать связь между физическими упражнениями и их влиянием на развитие физических качеств;
- классифицировать виды физических упражнений в соответствии с определённым классификационным признаком: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания, по преимущественной целевой направленности их использования, преимущественному воздействию на развитие отдельных качеств (способностей) человека;
- формировать умение понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей в соответствии с сенситивными периодами развития, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха;
- овладевать базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; использовать знания и умения в области культуры движения, эстетического восприятия в учебной деятельности иных учебных предметов;

- использовать информацию, полученную посредством наблюдений, просмотра видеоматериалов, иллюстраций, для эффективного физического развития, в том числе с использованием игровых, спортивных,
- использовать средства информационно-коммуникационных технологий для решения учебных и практических задач (в том числе Интернет с контролируемым выходом), оценивать объективность информации и возможности её использования для решения конкретных учебных задач.

2) **Коммуникативные универсальные учебные действия**, отражающие способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использовать правила общения в конкретных учебных и внеучебных ситуациях; самостоятельную организацию речевой деятельности в устной и письменной форме:

- вступать в диалог, задавать собеседнику вопросы, использовать реплики-уточнения и дополнения; формулировать собственное мнение и идеи, аргументированно их излагать; выслушивать разные мнения, учитывать их в диалоге;
- описывать влияние физической культуры на здоровье и эмоциональное благополучие человека;
- строить гипотезы о возможных отрицательных последствиях нарушения правил при выполнении физических движений, в играх и игровых заданиях, спортивных эстафетах;
- организовывать (при содействии взрослого или самостоятельно) игры, спортивные эстафеты, выполнение физических упражнений в коллективе, включая обсуждение цели общей деятельности, распределение ролей, выполнение функциональных обязанностей, осуществление действий для достижения результата;
- проявлять интерес к работе товарищей; в доброжелательной форме комментировать и оценивать их достижения, высказывать свои предложения и пожелания; оказывать при необходимости помощь;
- продуктивно сотрудничать (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач выполнения физических упражнений, игровых заданий и игр во внеурочной и внешкольной физкультурной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

3) **Регулятивные универсальные учебные действия**, отражающие способности обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все её компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка):

- оценивать влияние занятий физической подготовкой на состояние своего организма (снятие утомляемости, улучшение настроения, уменьшение частоты простудных заболеваний);
- контролировать состояние организма на уроках физической культуры и в самостоятельной повседневной физической деятельности по показателям частоты пульса и самочувствия;
- предусматривать возникновение возможных ситуаций, опасных для здоровья и жизни;

- проявлять волевую саморегуляцию при планировании и выполнении намеченных планов организации своей жизнедеятельности; проявлять стремление к успешной образовательной, в том числе физкультурно-спортивной, деятельности; анализировать свои ошибки;
- осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты изучения кружка «Спорт - это жизнь» отражают опыт учащихся в физкультурной деятельности.

В составе предметных результатов по освоению обязательного содержания, установленного данной программой, выделяются: полученные знания, освоенные обучающимися; умения и способы действий, специфические для предметной области «Физическая культура» периода развития детей возраста начальной школы; виды деятельности по получению новых знаний, их интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных и новых ситуациях.

В состав предметных результатов по освоению обязательного содержания включены физические упражнения:

- игровые упражнения, состоящие из естественных видов действий (элементарных движений, бега, бросков и т. п.), которые выполняются в разнообразных вариантах в соответствии с изменяющейся игровой ситуацией и оцениваются по эффективности влияния на организм в целом и по конечному результату действия (точнее бросить, быстрее добежать, выполнить в соответствии с предлагаемой техникой выполнения или конечным результатом задания и т. п.);
- спортивные упражнения объединяют ту группу действий, исполнение которых искусственно стандартизировано в соответствии с Единой всесоюзной спортивной классификацией и является предметом специализации для достижения максимальных спортивных результатов. К последней группе в программе условно относятся некоторые физические упражнения первых трёх групп, если им присущи перечисленные признаки (спортивные гимнастические упражнения, спортивные игровые упражнения, спортивные туристические упражнения).

Предметные результаты отражают сформированность у обучающихся определённых умений.

1) Знания о физической культуре:

- различать основные предметные области физической культуры (игры, спорт);
- формулировать правила составления распорядка дня с использованием знаний принципов личной гигиены, требований к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями в зале и на улице; иметь представление о здоровом образе жизни, о важности ведения активного образа жизни;
- знать и формулировать основные правила безопасного поведения в местах занятий физическими упражнениями (в спортивном зале, на спортивной площадке);
- знать и формулировать простейшие правила закаливания и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, уметь применять их в повседневной жизни; понимать и раскрывать значение регулярного выполнения гимнастических упражнений для гармоничного развития; знать и описывать формы наблюдения за динамикой развития гибкости и координационных способностей;

- знать основные виды разминки.

2) Способы физической деятельности:

Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями:

- выбирать подвижные и спортивные игры для самостоятельной организации досуговой деятельности;

Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты:

- участвовать в спортивных эстафетах, развивающих подвижных играх, в том числе ролевых, с заданиями на выполнение движений под музыку и с использованием танцевальных шагов; выполнять игровые задания для знакомства с видами спорта, основами туристической

деятельности; общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; выполнять команды и строевые упражнения.

3) Физическое совершенствование:

Физкультурно-оздоровительная деятельность:

- осваивать способы игровой деятельности.
- осваивать физические упражнения на развитие гибкости и координационно-скоростных способностей

Тематическое планирование 1 класс (33 часа)

№ п/п	Тема, раздел курса, количество часов	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся	ЦОР
1	Знания о физической культуре (8ч)	Тема «Правила поведения на занятиях подвижными играми» (рассказ учителя, просмотр видеофильмов и иллюстративного материала): обсуждают рассказ учителя о правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке, при работе со спортивным инвентарем знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению; знакомятся с формой одежды для занятий физической культурой в спортивном зале и в домашних условиях, во время прогулок на открытом воздухе Тема «Физическая культура и здоровье как фактор успешной учебы» (рассказ учителя, просмотр видеофильмов и иллюстративного	1. Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2. Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3. Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola

2	Способы самостоятельной физической деятельности (12 ч)	Тема «Самостоятельное проведение игры «моя любимая игра» (беседа с учителем, использование иллюстративного материала): обсуждают правила игры, способы и методы организации игр, условия проведения игр.	1. Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2. Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3. Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola
3	Физическое совершенствование Подвижные и спортивные игры (12 ч)	Тема «Подвижные и спортивные игры» (рассказ учителя, учебный диалог) рассказ учителя о правилах подвижных игр, условий их проведения, возможных местах проведения игр. Использование спортивного и иного инвентаря для организации спортивных и подвижных игр.	1. Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2. Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3. Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola
4	Прикладно-ориентированная физическая культура (в процессе уроков)	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1. Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2. Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3. Социальная сеть работников образования:

			http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola
--	--	--	---

Тематическое планирование 2 класс (34 часа)

№ п/п	Тема, раздел курса, количество часов	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся	ЦОР
1	Знания о физической культуре (9ч)	Тема «История подвижных игр и соревнований» (рассказ учителя, рисунки, видеоролики): обсуждают рассказ учителя о появлении подвижных игр, устанавливают связь подвижных игр с подготовкой к трудовой и военной деятельности, приводят примеры из числа освоенных игр; обсуждают рассказ учителя о появлении первых соревнований, связывают их появление с появлением правил и судей, контролирующих их выполнения. Тема «Закаливание организма» (рассказ учителя с использованием иллюстративного материала и видеороликов): знакомятся с влиянием закаливания при помощи обтирания на укрепление здоровья, с правилами проведения закаливающей	1.Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2.Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3.Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola
2	Способы самостоятельной физической деятельности (12 ч)	Тема «Самостоятельное проведение игры «моя любимая игра» (беседа с учителем, использование иллюстративного материала): обсуждают правила игры, способы и методы организации игр, условия проведения игр. процедуры; рассматривают и обсуждают иллюстративный материал, уточняют правила закаливания и последовательность его приёмов в закаливающей процедуре	1.Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2.Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3.Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola
3	Физическое совершен	Тема «Подвижные и спортивные игры» (рассказ учителя, учебный диалог) рассказ учителя о правилах подвижных	1.Сайт «Я иду на урок

	<p>ствование Подвижные и спортивные игры (12 ч)</p>	<p>игр, условий их проведения, возможных местах проведения игр. Использование спортивного и иного инвентаря для организации спортивных и подвижных игр.</p>	<p>начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2.Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3.Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola</p>
<p>4</p>	<p>Прикладно-ориентированная физическая культура (в процессе уроков)</p>	<p>Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО</p>	<p>1.Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2.Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3.Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola</p>

Тематическое планирование 3 класс (34 часа)

№ п/п	Тема, раздел курса, количество часов	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся	ЦОР
1	Знания о физической культуре (9ч)	Тема «История подвижных игр и соревнований» (рассказ учителя, рисунки, видеоролики): обсуждают рассказ учителя о появлении подвижных игр, устанавливают связь подвижных игр с подготовкой к трудовой и военной деятельности, приводят примеры из числа освоенных игр; обсуждают рассказ учителя о появлении первых соревнований, связывают их появление с появлением правил и судей, контролирующих их выполнения. Тема «Закаливание организма» (рассказ учителя с использованием иллюстративного материала и видеороликов): знакомятся с влиянием закаливания при помощи обтирания на укрепление здоровья, с правилами проведения закаливающей	1. Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2. Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3. Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola
2	Способы самостоятельной физической деятельности (12 ч)	Тема «Самостоятельное проведение игры «моя любимая игра» (беседа с учителем, использование иллюстративного материала): обсуждают правила игры, способы и методы организации игр, условия проведения игр. процедуры; рассматривают и обсуждают иллюстративный материал, уточняют правила закаливания и последовательность его приёмов в закаливающей процедуре	1. Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2. Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3. Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola
3	Физическое совершен	Тема «Подвижные и спортивные игры» (рассказ учителя, учебный диалог) рассказ учителя о правилах подвижных	1. Сайт «Я иду на урок

	<p>ствование Подвижные и спортивные игры (12 ч)</p>	<p>игр, условий их проведения, возможных местах проведения игр. Использование спортивного и иного инвентаря для организации спортивных и подвижных игр.</p>	<p>начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2.Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3.Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola</p>
<p>4</p>	<p>Прикладно-ориентированная физическая культура (в процессе уроков)</p>	<p>Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО</p>	<p>1.Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2.Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3.Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola</p>

Тематическое планирование 4 класс (34 часа)

№ п/п	Тема, раздел курса, количество часов	Методы и формы организации обучения. Характеристика деятельности обучающихся	ЦОР
1	Знания о физической культуре (9ч)	Тема «История подвижных игр и соревнований» (рассказ учителя, рисунки, видеоролики): обсуждают рассказ учителя о появлении подвижных игр, устанавливают связь подвижных игр с подготовкой к трудовой и военной деятельности, приводят примеры из числа освоенных игр; обсуждают рассказ учителя о появлении первых соревнований, связывают их появление с появлением правил и судей, контролирующих их выполнения. Тема «Закаливание организма» (рассказ учителя с использованием иллюстративного материала и видеороликов): знакомятся с влиянием закаливания при помощи обтирания на укрепление здоровья, с правилами проведения закаливающей	1. Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2. Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3. Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola
2	Способы самостоятельной физической деятельности (12 ч)	Тема «Самостоятельное проведение игры «моя любимая игра» (беседа с учителем, использование иллюстративного материала): обсуждают правила игры, способы и методы организации игр, условия проведения игр. процедуры; рассматривают и обсуждают иллюстративный материал, уточняют правила закаливания и последовательность его приёмов в закаливающей процедуре	1. Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2. Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3. Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola
3	Физическое совершен	Тема «Подвижные и спортивные игры» (рассказ учителя, учебный диалог) рассказ учителя о правилах подвижных	1. Сайт «Я иду на урок

	<p>ствование Подвижные и спортивные игры (12 ч)</p>	<p>игр, условий их проведения, возможных местах проведения игр. Использование спортивного и иного инвентаря для организации спортивных и подвижных игр.</p>	<p>начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2.Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3.Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola</p>
<p>4</p>	<p>Прикладно-ориентированная физическая культура (в процессе уроков)</p>	<p>Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО</p>	<p>1.Сайт «Я иду на урок начальной школы»: http://nsc.1september.ru/urok 2.Электронная версия журнала «Начальная школа»: http://nsc.1september.ru/index.php 3.Социальная сеть работников образования: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola</p>

