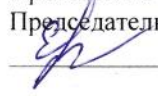


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Полевской лицей» Курского района Курской области

Рассмотрено на заседании
МО учителей эстетического цикла
Протокол №1 от 31 августа 2023г.
Руководитель МО
 /М.Б. Райник/

Принято на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от «31» августа 2023г.
Председатель педагогического совета
 /Е.В. Самофалова/



/А.А. Алтухов /
Приказ №1-114
от «31» августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Подвижные игры»

для обучающихся 5-6 классов

срок реализации программы 2 года

Составитель: Головач Елена Владимировна,
учитель начальных классов

д. Полевая, 2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» для обучающихся 5-6 классов на уровне основного общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (далее — ФГОС ООО), а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Данная программа спортивно-оздоровительной направленности включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранения и укрепление физического и психического здоровья. Содержание деятельности направлено на формирование у школьников активистской культуры здоровья, связанной с занятиями спортом и предполагающей:

1. Интерес к спорту и оздоровлению, потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремлению показывать как можно более высокие спортивные результаты.
2. Знания в области оздоровления, спортивной подготовки и организации спортивных соревнований.
3. Умение использовать эти знания для эффективной организации спортивной подготовки, успешного выступления в соревнованиях.
4. Спортивный образ жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях.

Программа разработана с учётом возрастных физиологических особенностей обучающихся. Специфика тренировочного процесса базируется на наличии сенситивных (чувствительных) периодов развития физических качеств. Вместе с тем внимание уделяется воспитанию тех физических качеств, которые в том или ином возрасте активно не развиваются. Важным в занятиях общей физической подготовки является соблюдение соразмерности в развитии тех качеств, в основе которых лежат разные физиологические механизмы (выносливость, скорость, сила). Целью данной программы является создание условий для оздоровления и физического развития подрастающего поколения, совершенствование необходимых физических качеств и связанных с ними способностей.

В процессе реализации программы предполагается решение следующих задач:

- пропаганда здорового образа жизни; - укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию;
- обеспечение оптимального для каждого возраста и пола гармоничного развития физических качеств;
- повышение сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- повышение общей работоспособности и привитие гигиенических навыков;
- вовлечение детей в систематические занятия физкультурой и спортом.
- формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков;
- формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения;

- обучение способам овладения различными элементами спортивных игр;
- формирование и развитие детских общественных и коллективов, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности.
- гражданское и патриотическое воспитание учащихся; - воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных и т.д.), содействие развитию психических процессов;
- воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- помощь учащимся в осуществлении ими самостоятельного планирования, организации, проведении и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности.

Место курса внеурочной деятельности в учебном плане

В соответствии с учебным планом МБОУ «Полевской лицей» Курского района рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» рассчитана на 1 час в неделю (34 часа в год во 5-6 х классах).

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Цель программы:

- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

Занятия проводятся на улице, в спортивном зале после всех уроков основного расписания, преимущественно в виде:

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

Продолжительность занятий соответствует требованиям СанПиН.

Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных 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.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» состоит из четырёх частей: Русские народные игры, забавы и традиции.

Содержание курса внеурочной деятельности

5 класс

Игры с бегом (5 часов)

Теория: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

Игры с прыжками (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

Игры малой подвижности (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

Зимние забавы (4 часов)

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

Эстафеты (5 часов)

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Практические занятия:

- Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

Народные игры (5 часов)

Теория. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

6 класс

Игры с бегом (5 часов).

Теория. Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».

Игры с прыжками (5 часов).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

Игра малой подвижности (5 часов).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

Зимние забавы (4 часов).

Теория. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

Практические занятия:

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Пустое место».
- Игра «Кто дальше» (на лыжах).
- Игра «Быстрый лыжник».

Эстафеты (5 часов).

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.

Практические занятия:

- Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

Игра малой подвижности (5 часов).

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

Народные игры (5 часов)

Теория. Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".
- Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".
- Разучивание народных игр. Игра "Коршун".
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки".

Планируемые образовательные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» 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;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;

-освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности 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;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- 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, используя 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 не совпадающих с его 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.

Предметные результаты

Предметные результаты освоения учащимися содержания программы по курсу «Подвижные игры» являются следующие умения

5 класс

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

6 класс

- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;
- названия подвижных игр, инвентарь, оборудование;
- правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями и играми;
- правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- терминологию, связанную с проведением игр, ритмических занятий;
- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- играть активно, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения;
- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

Тематическое планирование

5 класс

		Количество часов	Форма проведения	Электронные (цифровые)
--	--	------------------	------------------	------------------------

№	Тема	Общее кол -во часов	Теория	Практика		образовательные ресурсы
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net
2.	Игры с мячом.	5 ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

						- ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net
5.	Зимние забавы.	4 ч.	1 ч.	3 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net
6.	Эстафеты.	5 ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38

						http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura ppt4web.ru/prezentacii-po-... http://uslide.ru/fizkultura pedsovet.su/ http://videouroki.net
7.	Народные игры	5ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	https://resh.edu.ru http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura ppt4web.ru/prezentacii-po-... http://uslide.ru/fizkultura pedsovet.su/ http://videouroki.net
Итого:		34 ч.	7 ч.	27 ч.		

6 класс

№	Тема	Количество часов			Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Общее кол - во часов	Теория	Практика		
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	5ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	https://resh.edu.ru http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38

						- http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net
2.	Игры с мячом.	5ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net
3.	Игра с прыжками (скакалки).	5 ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net

4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net
5.	Зимние забавы.	4 ч.	1 ч.	3 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net
6.	Эстафеты.	5 ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования, эстафеты	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/

						- http://videouroki.net
7.	Народные игры	5 ч.	1 ч.	4 ч.	Игры, соревнования	- https://resh.edu.ru - http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 - http://www.it-n.ru/communities.uchportal.ru/ - http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura - ppt4web.ru/prezentacii-po-... - http://uslide.ru/fizkultura - pedsovet.su/ - http://videouroki.net
	Итого:	34 ч.	7 ч.	27 ч.		

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

№ п/п	ТЕМА ЗАНЯТИЯ	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
1	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.	1		
2	Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».	1		
3	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»	1		
4	Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра. «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»	1		
5	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»	1		
6	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.	1		
7	Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечиставить»	1		
8	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча». Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».	1		

9	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».	1		
10	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель».Игра «Русская лапта»	1		
11	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человекуважно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.	1		
12	Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».	1		
13	Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».	1		
14	Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».	1		
15	Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».	1		
16	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность	1		
17	Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенноедвижение». Игра «Перемена мест».	1		
18	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»	1		
19	Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».	1		
20	Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»	1		
21	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность	1		
22	Игра «Строим крепость».	1		
23	Игра «Взятие снежного городка». Игра «Меткой стрелок».	1		
24	Игра «Лепим снеговика».	1		
25	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд нагруппы.	1		
26	Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скалка под ногами», «Тачка».	1		
27	Эстафета «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».	1		
28	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	1		
29	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Ниткинаматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	1		
30	Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведениеигр на праздниках.	1		
31	Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»	1		
32	Разучивание народных игр. Игра "Горелки".	1		
33	Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»	1		
34	Разучивание народных игр. Игра "Мишени".	1		

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

№ п/п	ТЕМА ЗАНЯТИЯ	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
1	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.	1		
2	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	1		
3	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта	1		
4	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».	1		
5	Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси ищут».	1		
6	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.	1		
7	Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».	1		
8	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».	1		
9	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Защищай ворота"	1		
10	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».	1		
11	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.	1		
12	Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».	1		
13	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».	1		
14	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	1		
15	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	1		
16	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.	1		
17	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».	1		
18	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?».Игра «Точный телеграф».	1		
19	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».	1		
20	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».	1		
21	Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение	1		
22	Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место».	1		

23	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	1		
24	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.	1		
25	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	1		
26	Эстафета с лазанием и перелезанием.	1		
27	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1		
28	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1		
29	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.	1		
30	Народные игры	1		
31	Разучивание народных игр. Игра "Салки".	1		
32	Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".	1		
33	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	1		
34	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	1		

