Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Безруковская основная общеобразовательная школа»

Программа рекомендована к Утверждаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Работе педагогическим советом

Протокол №\_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Директор школы:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Программа рассмотрена на

ШМО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Протокол № \_\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рабочая программа**

по внеурочной деятельности

социально-педагогического направления

«Здоровячок»

Для 1-4 классов

Составитель: Хащенко Надежда Витальевна

Учитель физической культуры;

Высшая квалификационная категория

С. Безруково

2016 г

**Содержание:**

I. Пояснительная записка………………………………………………………. 3

II. Общая характеристика. ……………………………………………………… 3

III. Место учебного предмета. ………………………………......................... 3

IV. Личностные, метапредметные и предметные результаты ……………….. 4

V. Содержание курса ……………. ……………………………………………… 4

VI. Тематическое планирование ……………………………………………… 5

VII. Материально-техническая база …………………………………………….. 6

VIII. Планируемые результаты ………………………………………………….. 6

**Пояснительная записка.**

Программа соответствует федеральному компоненту Государственного стандарта общего образования, разработана в соответствии с Обязательным минимумом содержания образования школьников в области физической культуры.

Программа разработана в рамках реализации спортивно-оздоровительного направления внеурочной деятельности обучающихся 1-4 классов.

**Цель**:

Содействие гармоничному физическому развитию через совершенствование жизненно важных способов движений при помощи разнообразия подвижных игр.  
**Задачи**:

* укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
* формировать толерантность в детских коллективах, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности;
* воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
* обучать школьников способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности, мотивировать на занятие физкультурой и спортом;
* приобретение необходимых навыков самоконтроля и самостраховки;
* проведение культурного семейного досуга.

Внеурочная деятельность является взаимодополняющим компонентом базового образования и объединяет все виды деятельности школьников, направленных на формирование нравственных ориентиров, этнокультурной компетенции, социализации личности.

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

В основу программы положены следующие **принципы:**

-принцип сознательности и активности.

-принцип наглядности

-принцип систематичности и последовательности

- принцип доступности

**Общая характеристика.**

Программа предусматривает совершенствование жизненно важных способов движений при помощи разнообразия подвижных и спортивных игр.  
 Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма е более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

**Место учебного предмета.**

Занятия проводятся руководителем один раз в неделю по 1 академическому часу еженедельно. Группы формируются на основе личного желания обучающихся, их родителей без конкурсного отбора. Занятия направлены на всестороннюю физическую подготовку и изучение основ техники и тактики игры. Возраст детей, участвующих в реализации программы, от 7 до 10 лет.

Программа составлена для учащихся 1-4-х классов; 1 класс - на 33 недели, всего – 33 часа, 1 час в неделю; 2-4 классы – 35 недель, 35 часов, по 1 часу в неделю.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты.**

**Личностные результаты:**

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию;

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;

-развитие творческой активности каждого ребенка.

**Метапредметные результаты:**

-внедрение эффективных форм организации отдыха, оздоровления и занятости детей;

-общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

-улучшение психологической и социальной комфортности в едином государственном пространстве.

**Предметные:**

-укрепление здоровья воспитанников;

-укрепление связи между семьей и школой;

-организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;

-организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований;

-соблюдение требований по технике безопасности в местах проведения мероприятий.

**Содержание курса.**

Программа представлена четырьмя блоками:

1 класс - народные игры, игры на развитие физических качеств

2 класс - игры на развитие психических процессов,

3 класс - подвижные игры,

4 класс - спортивные игры.

**Знания о физической культуре осуществляются** в процессе уроков:

нормы гигиены, основы здорового образа жизни, техника безопасности на занятиях, способы самозащиты, приёмы и способы организации самостоятельных занятий

**Народные игры, игры на развитие физических качеств.**

Подвижные игры для совершенствования ориентировки в пространстве, для совершенствования ловкости в овладении предметом, для развития скоростно-силовых качеств, для совершенствования быстроты и выносливости.

**Игры на развитие психических процессов.**

Игры на развитие восприятия, упражнения и игры на внимание, на развитие памяти, воображения. Игры на развитие мышления и речи. Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка.

**Подвижные игры.** Игры «Класс, смирно», «За флажками», «Море волнуется – раз», «Охотники и утки», «Волк во рву», «Попрыгунчики-воробушки», «Два Деда Мороза» , «Метко в цель», «Белки, волки, лисы», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», «Салки с мячом», «Прыгай через ров»,«Горелки», «Кот и мышь».

**Спортивные игры.**

На материале разделов: «Футбол», «Волейбол», «Баскетбол».

**Тематическое планирование.**

Первый блок – 1 класс.

**Народные игры, игры на развитие физических качеств.**

Рассчитан на 1 час в неделю, на 33 недели, всего – 33 часа.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Кол-во часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1 | Подвижные игры для совершенствования ориентировки в пространстве | 8 | В процессе уроков:  нормы гигиены, основы здорового образа жизни, техника безопасности на занятиях, способы самозащиты | 8 |
| 2 | Подвижные игры для совершенствования ловкости в овладении предметом | 5 | 5 |
| 3 | Подвижные игры для развития скоростно-силовых качеств | 3 | 3 |
| 4 | Подвижные игры для совершенствования быстроты | 8 | 8 |
| 5 | Подвижные игры для развития силы | 4 | 4 |
| 6 | Подвижные игры для развития выносливости | 5 | 5 |

**Второй блок – 2 класс**.

**Игры на развитие психических процессов.**

Рассчитан на 1 час в неделю, на 35 недель, всего – 35 часов.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Кол-во часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1 | Игры на развитие восприятия | 8 | В процессе уроков:  нормы гигиены, основы здорового образа жизни, техника безопасности на занятиях, способы самозащиты, приёмы и способы организации самостоятельных занятий | 8 |
| 2 | Упражнения и игры на внимание | 6 | 6 |
| 3 | Игры на развитие памяти. | 5 | 5 |
| 4 | Игры на развитие воображения. | 5 | 5 |
| 5 | Игры на развитие мышления и речи. | 5 | 5 |
| 6 | Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка | 6 | 6 |

**Третий блок – 3 класс.**

**Подвижные игры.**

Рассчитан на 1 час в неделю, на 35 недель, всего – 35 часов.

Руководствуются правилами игр, соблюдая правила безопасности. Описывают технику игровых действий и приёмов осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Осуществляют судейство. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.

**Четвертый блок – 4 класс.**

**Спортивные игры.**

Рассчитан на 1 час в неделю, на 35 недель, всего – 35 часов.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Кол-во часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1 | Футбол | 17 | В процессе уроков:  нормы гигиены, основы здорового образа жизни, техника безопасности на занятиях, способы самозащиты, приёмы и способы организации самостоятельных занятий | 17 |
| 2 | Волейбол | 9 | 9 |
| 3 | Баскетбол | 9 | 9 |

**Методическое обеспечение программы**

**Материально-техническая база:**

Мячи: футбольные, баскетбольные, волейбольные, малые;

Скакалки: коротки и длинные, гимнастические палки, толстые палки длиной 70-80 сантиметров, канат, обручи, гимнастические коврики

Средства обучения: материал из книг, дидактические материалы, тестовый материал, средства наглядности (рисунки, открытки).

**Планируемые результаты:**

Обучающиеся должны знать или иметь представление:

*приобретение социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни*: приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии спортом, о способах и средствах самозащиты; о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе; о русских народных играх.

Обучающиеся должны уметь:

* выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
* играть в подвижные игры активно, самостоятельно, с удовольствием;
* в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу;
* оказывать товарищескую поддержку;
* организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
* взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

**Календарно – тематическое планирование**

**1 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | | Тема | УУД | содержание | дата |
| **Подвижные игры для совершенствования ориентировки в пространстве** | | | | | |
| 1 | «У ребят порядок строгий». | | **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности | Построение в шеренгу, колонну, круг. Нахождение своего места в строю. |  |
| 2 | «Быстро по местам» | | **Личностные** творческая активность  **Предметные** - соблюдение требований ТБ  **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата | Построение в шеренгу, колонну, круг. Нахождение своего места в строю. |  |
| 3 | «К своим флажкам» | | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности, **познавательные**- рефлексия | Ориентировка в пространстве. Выбор цели и бег к ней |  |
| 4 | «Вызов номеров» | | **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности | Ориентировка в пространстве. Выбор цели и бег к ней |  |
| 5 | «Прыжки по полоскам» | | **Регулятивные** – саморегуляция  **познавательные**- рефлексия  **Коммуникативные** | Прыжки на двух ногах, прыжки с возвышения в обозначенное место |  |
| 6 | «Парашютисты» | | **Регулятивные** целеполагание  **Коммуникативные**  **Познавательные** | Прыжки на двух ногах, прыжки с возвышения в обозначенное место |  |
| 7 | «Мы – веселые ребята», | | **Регулятивные** волевая саморегуляция  **Коммуникативные** | Бег с изменением направления, обманные движения |  |
| 8 | «Караси и щука» | | **Познавательные** - выбор эффективных способов действий в зависимости от условий. **Коммуникативные** | Бег с изменением направления, обманные движения |  |
| **Подвижные игры для совершенствования ловкости в овладении предметом** | | | | | |
| 9 | «Метко в цель» | | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности. Рефлексия | Метание в цель |  |
| 10 | «Подвижная цель» | | **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата | Метание в цель |  |
| 11 | «Мяч среднему» | | **Познавательные** - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера. **Коммуникативные** -планирование учебного сотрудничества | Навыки передачи приема мяча |  |
| 12 | «Гонка мячей» | | **Регулятивные** волевая саморегуляция  **Познавательные** - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера | Навыки передачи приема мяча |  |
| 13 | «Охотники и утки» | | **Коммуникативные**-лидерство и согласование действий с партнером. **Познавательные** - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера | Навыки передачи приема мяча. Метание в цель |  |
| **Подвижные игры для развития скоростно-силовых качеств** | | | | | |
| 14 | «Волк во рву» | | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Коммуникативные**-лидерство и согласование действий с партнером. | Прыжок в длину с разбега |  |
| 15 | «Зайцы, сторож и Жучка» | | **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Прыжок через препятствие с разбега с преследованием |  |
| 16 | Эстафета с прыжками | | **Регулятивные** волевая саморегуляция  **Познавательные** - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера | Прыжки через препятствия с предметами |  |
| **Подвижные игры для совершенствования быстроты** | | | | | |
| 17 | Команда быстроногих | | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Бег к цели |  |
| 18 | Космонавты | | **Регулятивные** волевая саморегуляция  **Познавательные** - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера | Бег к цели |  |
| 19 | «Конники – спортсмены» | | **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата | Бег наперегонки.  Бег с преследованием |  |
| 20 | «Через кочки и пенёчки» | | **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата  **познавательные**- рефлексия | Бег наперегонки.  Бег с преследованием |  |
| 21 | «Белые медведи» | | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Бег взявшись за руки. Бег с преследованием |  |
| 22 | «Пустое место» | | **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата, волевая саморегуляция  **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Реакция на сигнал, бег к цели |  |
| 23 | «День и ночь» | | **Регулятивные** волевая саморегуляция  **Познавательные** - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера | Реакция на сигнал. Бег с преследованием |  |
| 24 | «Попрыгунчики – воробьишки» | | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Прыжки, подскоки, бег |  |
| **Подвижные игры для развития силы** | | | | | |
| 25 | «Лиса и куры» | | **Познавательные** - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера **Регулятивные** волевая саморегуляция | Прыжки на и с возвышения |  |
| 26 | «Зайцы в огороде» | | **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата  **познавательные**- рефлексия | Прыжки на двух ногах, бег |  |
| 27 | «Тяни в круг» | | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Втягивание в круг, сопротивление втягиванию |  |
| 28 | «Необычная эстафета» | | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности | Передвижения в упоре присев |  |
| **Подвижные игры для развития выносливости** | | | | | |
| 29 | «Скакуны – кузнечики» | | **Регулятивные** волевая саморегуляция  **Познавательные** - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера | Подскоки на одной ноге |  |
| 30 | Кто самый выносливый | | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Коммуникативные**-лидерство и согласование действий с партнером. | Челночный бег с выбыванием |  |
| 31 | «На север, на юг, на запад, восток» | | **Познавательные** - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера | Интервальный бег по направлениям |  |
| 32 | «Невод» | | **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата | Бег взявшись за руки. Бег с преследованием |  |
| 33 | «Уйти от преследования» | | **Регулятивные** волевая саморегуляция  **Коммуникативные**-лидерство и согласование действий с партнером. | Продолжительный бег с выбыванием |  |

**Календарно – тематическое планирование, 2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | УУД | дата |
| Игры на развитие восприятия | | | |
| 1 | Знакомство с правилами игры «Выложи сам» | **Познавательные** - анализ объектов с целью выделения признаков (существенных, несущественных); синтез — составление целого из частей |  |
| 2 | Проведение игры «Выложи сам» | **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата |  |
| 3 | Знакомство с правилами игры «Магазин ковров» | **Логические** Постановка и решение проблемы: формулирование проблемы; самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера. |  |
| 4 | Проведение игры «Магазин ковров» | **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата |  |
| 5 | Знакомство с правилами игры «Волшебная палитра». | **Познавательные** - анализ объектов с целью выделения признаков, рефлексия способов и условий действия **Логические** Постановка и решение проблемы: формулирование проблемы; самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера. |  |
| 6 | Проведение игры «Волшебная палитра». | **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата |  |
| 7,8 | Веселые эстафеты | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности |  |
| Упражнения и игры на внимание | | | |
| 9 | Упражнение «Ладонь – кулак», | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата |  |
| 10 | Игра «Ищи безостановочно» | **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия  **Регулятивные** волевая саморегуляция |  |
| 11 | Игра «Заметь всё» | **Личностные -**оценивание усваиваемого содержания  **Регулятивные -**целеполагание |  |
| 12 | Игра «Запомни порядок» | **Регулятивные –**целеполагание, контроль, саморегуляция |  |
| 13,14 | Веселые эстафеты | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности |  |
| Игры на развитие памяти. | | | |
| 15 | Игра «Повтори за мной» | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности **Регулятивные** мобилизации сил и энергии, к волевому усилию |  |
| 16 | Игра «Запомни движения» | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности **Регулятивные** мобилизации сил и энергии, к волевому усилию, саморегуляция |  |
| 17 | Игра «Художник». | **Познавательные** - анализ объектов с целью выделения признаков, рефлексия способов и условий действия |  |
| 18,19 | Веселые эстафеты | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности |  |
| Игры на развитие воображения. | | | |
| 20 | Игра «Волшебное яйцо», | **Познавательные** - анализ объектов с целью выделения признаков, рефлексия способов и условий действия  **Регулятивные** мобилизации сил и энергии, к волевому усилию, саморегуляция |  |
| 21 | Игра «Узнай, кто я?», | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Познавательные** - анализ объектов с целью выделения признаков, рефлексия способов и условий действия |  |
| 22 | Игра «Возьми и передай». | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности |  |
| 23,24 | Веселые эстафеты | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности |  |
| Игры на развитие мышления и речи. | | | |
| 25 | Игра «Ну-ка, отгадай» | **Логические** Постановка и решение проблемы: формулирование проблемы; самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера. **Познавательные -**  осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме. |  |
| 26 | Игра «Определим игрушку» | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Познавательные** - анализ объектов с целью выделения признаков, рефлексия способов и условий действия |  |
| 27 | В мире считалок | **Познавательные** - осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме. **Коммуникативные** - Планирование учебного сотрудничества. Постановка вопросов. Построение речевых высказываний. |  |
| 28,29 | Веселые эстафеты | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности |  |
| Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка | | | |
| 30 | Игра «Баба Яга» | **Коммуникативные** - взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Логические** – анализ, синтез |  |
| 31 | Игра «Три характера». | **Регулятивные** –прогнозирование, саморегуляция, коррекция  **Коммуникативные** - взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения |  |
| 32 | Игра «Зоопарк» | **Регулятивные** –прогнозирование, саморегуляция, коррекция  **Коммуникативные** - взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения |  |
| 33,34 | Веселые эстафеты | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности |  |
| 35 | Спортивный праздник | **Коммуникативные** - взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения **Личностные -**развитие творческой активности каждого ребенка взаимодействие **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности |  |

**Календарно-тематическое планирование.**

**Третий блок – 3 класс.**

**Подвижные игры.**

Рассчитан на 1 час в неделю, на 35 недель, всего – 35 часов.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | УУД | Содержание занятия | дата |
| 1 | Игра «Класс, смирно» | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения | Правила игры. Строевые упражнения; перестроение. |  |
| 2 | Игры «За флажками». | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Коммуникативные** - взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения | Правила игры. Строевые упражнения; перестроение. |  |
| 3 | Игра с элементами ОРУ «Море волнуется – раз» | **Личностные** — самоопределение, ценностно-смысловая ориентация **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Правила игры. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. |  |
| 4,5 | Игра с мячом «Охотники и утки». | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности. **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата  **Коммуникативные** - взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения | Комплекс ОРУ с мячом, строевые упражнения с перестроением из колонны по одному в колонну по два |  |
| 6 | Весёлые старты с мячом | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности | Гимнастические упражнения. Эстафеты. |  |
| 7,8 | Игра «Волк во рву» | **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Игры с мячом: ловля, бросок, передача. |  |
| 9,10 | Весёлые старты со скакалкой | **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения  **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности | Комплекс ОРУ со скакалкой. |  |
| 11,12 | Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки» | **Познавательные** - выбор эффективных способов действий в зависимости от условий **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 12,13 | Игра на свежем воздухе «Два Деда Мороза» | **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения | Катание на лыжах. Разучивание и проведение игр. |  |
| 14,15 | Игра на свежем воздухе «Метко в цель». | **Регулятивные** –прогнозирование, саморегуляция, коррекция  **Личностные** самостоятельность и личная ответственность | Метание снежков в цель. |  |
| 16,17 | Игра «Белки, волки, лисы». | **Личностные** — самоопределение, ценностно-смысловая ориентация **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 18,19 | Игра «Совушка». | **Познавательные** - выбор эффективных способов действий в зависимости от условий **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 20,21 | Игра «Удочка» | **Познавательные** - выбор эффективных способов действий в зависимости от условий **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Игры со скакалкой, мячом. |  |
| 22,23 | Игра «Перемена мест» | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности **Личностные** самостоятельность и личная ответственность  **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения | Построение. Строевые упражнения, перемещение |  |
| 24,25 | Игра «Салки с мячом». | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Метапредметные** взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 26,27 | Игра «Прыгай через ров» | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Личностные** самостоятельность и личная ответственность | Совершенствование координации движений. |  |
| 28,29 | Игра «Горелки». | **Познавательные** - выбор эффективных способов действий в зависимости от условий **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 30,31 | Игра «Кот и мышь». | **Познавательные** - выбор эффективных способов действий в зависимости от условий **Коммуникативные**-определение цели, функций участников, способов взаимодействия | Правила игры. Проведение игры. |  |
| 32, 33,34 | Игротека | **Личностные** установка на здоровый образ жизни;  **Коммуникативные** | Ранее изученные игры |  |
| 35 | Спортивный праздник | **Коммуникативные**  **Регулятивные** | Составлен из ранее изученных игр |  |

**Календарно – тематическое планирование, 4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | УУД | дата |
| Футбол | | | |
| 1 | Удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Личностные** самостоятельность и личная ответственность |  |
| 2 | Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу. | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Личностные** - готовность к саморазвитию |  |
| 3 | Подвижная игра «Точная передача» | **Коммуникативные** - общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности |  |
| 4 | Остановка катящегося мяча. | **Познавательные** - выбор эффективных способов действий в зависимости от условий |  |
| 5 | Ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Личностные** самостоятельность и личная ответственность |  |
| 6 | Ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма по дуге, с остановками по сигналу | **Познавательные** - выбор эффективных способов действий в зависимости от условий. **Регулятивные** –прогнозирование, саморегуляция, коррекция |  |
| 7 | Подвижная игра «Гонка мячей» | **Личностные** самостоятельность и личная ответственность. **Регулятивные** – прогнозирование, саморегуляция, коррекция |  |
| 8 | Подвижная игра «Мяч в цель» | **Познавательные** - выбор эффективных способов действий в зависимости от условий |  |
| 9 | Подвижная игра «Слалом с мячом» | **Личностные** - развитие творческой активности каждого ребенка **Коммуникативные**- определение цели, функций участников, способов взаимодействия |  |
| 10 | Подвижная игра «Футбольный бильярд» | **Регулятивные** – прогнозирование, саморегуляция, коррекция **Коммуникативные** - общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности |  |
| 11 | Подвижная игра «Бросок ногой» | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Личностные** - готовность к саморазвитию |  |
| 12 | Ведение мяча по прямой | **Регулятивные** – прогнозирование, саморегуляция, коррекция **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности |  |
| 13 | Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Личностные** - готовность к саморазвитию |  |
| 14 | Удар ногой с разбега по неподвижному мячу. | **Познавательные** - – знания и способы двигательной деятельности,выбор эффективных способов действий в зависимости от условий |  |
| 15 | Удары по воротам | **Познавательные** - – знания и способы двигательной деятельности,выбор эффективных способов действий в зависимости от условий |  |
| 16, 17 | Игра в мини-футбол по упрощенным правилам | **Коммуникативные** - общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности |  |
| Волейбол | | | |
| 18 | Броски и ловля мяча на месте | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Личностные** - готовность к саморазвитию |  |
| 19 | Броски и ловля мяча в движении | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Личностные** самостоятельность и личная ответственность |  |
| 20, 21 | Эстафеты с волейбольным мячом | **Личностные** - развитие творческой активности каждого ребенка |  |
| 22 | Перемещение приставными шагами. | **Предметные** - соблюдение требований ТБ  **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата |  |
| 23 | Броски и ловля мяча в парах | **Коммуникативные**- определение цели, функций участников, способов взаимодействия |  |
| 24 | Игры: «Волна», «Неудобный бросок» | **Познавательные** - знания и способы двигательной деятельности,выбор эффективных способов действий в зависимости от условий  **Коммуникативные**- взаимодействие со сверстниками |  |
| 25 | Игра: «Не давай мяча водящему» | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата |  |
| 26 | Игра с мячом «Брось – поймай» | **Личностные** творческая активность |  |
| Баскетбол | | | |
| 27 | Ловля мяча на месте и в движении | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Личностные** - готовность к саморазвитию |  |
| 28 | Подвижная игра: «Выстрел в небо» | **Предметные** – знания и способы двигательной деятельности  **Личностные** самостоятельность и личная ответственность |  |
| 29 | Броски мяча двумя руками с места | **Личностные** - развитие творческой активности каждого ребенка |  |
| 30 | Ведение мяча на месте | **Предметные** - соблюдение требований ТБ  **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата |  |
| 31 | Эстафеты с баскетбольным мячом | **Личностные** - развитие творческой активности каждого ребенка |  |
| 32 | Подвижная игра: «Мяч среднему» | **Регулятивные** волевая саморегуляция  **Познавательные** - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера |  |
| 33 | Игра: «Бросок мяча в колонне» | **Личностные** - развитие творческой активности каждого ребенка, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера |  |
| 34 | Игра «Мяч соседу» | **Коммуникативные**- определение цели, функций участников, способов взаимодействия |  |
| 35 | Игра: «Гонка баскетбольных мячей» | **Регулятивные** последовательность действий с учетом конечного результата  **Коммуникативные** - общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности |  |