**Авторская программа**

 **по внеурочной деятельности**

 **«Здоровей-ка»**

 Программа рассчитана на учащихся 1 – 4 классов.

 Срок реализации – 4 года.

 Программу разработала

 учитель начальных классов

 Косолапова Татьяна Дмитриевна

 Самара 2017

 **Пояснительная записка**

 Исходными документами для составления курса по внеурочной деятельности являются:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в

Российской Федерации».

 2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО) (от 6. 10. 2009 № 373).

 3. Программа Б.Б.Егорова, Ю.Е.Пересадина «Физическая культура для учащихся 1-4 классов». –М.: Баласс, 2012.

 4. Программы. Г.А. Ворониной

 5. СаНпиН 2.4.2.2821–10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в образовательных учреждениях» от 29.12. 2010 №189

 6. Учебного плана муниципального образовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 112 г. о. Самара на 2015 – 2016 учебный год.

 Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем школьникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

 Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. За время обучения в школе число здоровых учащихся сокращается. За последние годы увеличилось число хронически больных детей и количество детей «группы риска».

Как показали проведённые исследования, наиболее типичны для школьников нарушения опорно-двигательного аппарата: осанки и стоп, различные формы сколиоза, органов зрения, а также негармоническое физическое развитие.

Один из путей выхода из ситуации - разработка инновационных подходов к воспитанию и использование комплекса оздоровительных мероприятий - подвижных игр. Подвижные игры в рамках внеклассной работы в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогают предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учёбы. Сложные и разнообразные движения игровой деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма и формированию здоровой осанки.

Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: народные игры народов России, игры других народов, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

**Цель программы**: формирование гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство, удовлетворить потребность учащихся в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Задачи:

 1. научить детей играть активно и самостоятельно

 2. укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств;

 3. развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;

 4. развитие сообразительности, творческого воображения;

 5. развитие коммуникативных умений;

 6. воспитание внимания, культуры поведения;

 7. создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;

 8. обучить умению работать индивидуально и в группе,

 9. развить природные задатки и способности учащихся;

 10. развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.

 11. развитие коммуникативной компетентности младших школьников.

При проведении занятий можно выделить два направления:

**оздоровительная направленность,** обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности;

**повышение двигательной подготовленности учащихся**, отвечающей требованиям учебной программы.

«Подвижные игры» — это еженедельные занятия физическими упражнениями на открытом воздухе, которые проводятся внеурочное время. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует повышению двигательной активности школьников. Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность.

**Ожидаемый результат:**

К концу обучения дети

должны иметь представление:

- об историческом наследии русского народа и русских народных игр;

- о традициях русских народных праздников;

- о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

должны знать:

- историю возникновения русских народных игр;

- правила проведения игр, эстафет и праздников;

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** содержания курса «Подвижные игры» являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

**Метапредметными результатами** содержания курса «Подвижные игры» является формирование универсальных учебных действий (УУД).

 **Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

- проговаривать последовательность действий во время занятия;

- учиться работать по определенному алгоритму

 **Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

 **Коммуникативные УУД:**

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;

- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

 **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия).

Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, отказ от вредных привычек, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Разные подвижные игры.

Программа рассчитана на учащихся 1-4 ых классов, 1 час в неделю, 33-34 часа в год.

Весь материал разделяется на отдельные разделы:

1. **«Русские народные игры»** включают в себя знакомство с играми своего народа, развитие физических способностей учащихся, координацию движений, силу и ловкость. Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны.
2. **«Игры различных народов».** Знакомство с разнообразием игр различных народов, проживающих в России. Развитие силы, ловкости и физические способности. Воспитание толерантности при общении в коллективе.
3. **«Подвижные игры».** Совершенствование координации движений. Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.
4. **«Эстафеты».** Знакомство с правилами эстафет. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения. Воспитание чувства коллективизма.
5. **Спортивные и физкультурные праздники. Дни здоровья.**

**Содержание курса 1 класс – 33 часа.**

**1 Раздел** **( 9 часов).** Правила техники безопасности. Правила хранения и подбора инвентаря. «Русские народные игры» посвящены изучению игр, проводимых в России. В раздел включены групповые игры, игры в парах, игры – состязания. Сюда входят такие игры, как «Лес, озеро, болото», «Совушка», «День и ночь», «Паук и мухи», «По ровненькой дорожке», «Кошки и мышки», «Звери», «Волк во рву».

**2 Раздел ( 3 часа).** Данный раздел знакомит детей с разнообразием народных игр, помимо русских народных. Сюда вошли такие игры, как «Фигуры», «Охотники и олени», «Лошадки».

**3 Раздел (17 часов)** В разделе игры различной подвижности, командные, групповые, игры-эстафеты, соревнования-поединки. Например, «Перемена мест», «Не оступись», «Соревнования скороходов», «Быстрые и ловкие», «Пятнашки с приседаниями», «Стоп» и прочие.

**4 Раздел (2 часа)** Эстафеты очень разнообразны. Они включают в себя следующие виды движений как ходьба, бег, прыжки на двух ногах, бросание и ловля мячей, метание мячей и т. д. Сюда вошли такие эстафеты, как «Встречная эстафета», «К своим флажкам».

**5 Раздел (1 час )** В данный раздел могут быть включены соревнования не только между учащимися одного класса, но так же между различными классами. Здесь приветствуются различные формы поощрения за участие в празднике.

**Содержание курса. 2 класс – 34 часа.**

**1 Раздел ( 10 часов ).** Продолжается работа над выполнениями правил техники безопасности на занятиях. Дети знакомятся с новыми русскими народными играми, такими как: «Жмурки», «Кот и мышь», «Горелки», «Салки» и др.

**2 Раздел ( 5 часов ).** Дети знакомятся с новыми народными играми. «Нахчирбози» (таджикская игра), «Хлибчик» (украинская ), «Гдалах ловзар» (чеченская) и др.

**3 Раздел (18 часов).** Данный раздел помогают развить ребёнку ловкость, меткость, быстроту, выносливость. В играх не обходится без смекалки, находчивости, умения быстро принимать решения. Сюда вошли такие игры, как «Охота на тигра», «Пролезь сквозь мешок», «Увернись от мяча», «Космонавты» и пр.

**4 Раздел.**

**5 Раздел.** Сюда входят состязания между ученикамикак одного класса, так и между различными командами, куда входят не только ученики, но и их родители. Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья».

**Содержание курса. 3 класс – 34 часа.**

**1 Раздел ( 9 часов).** Продолжение знакомства с русскими народными играми, которые помогают детям развивать физические способности учащихся, ловкость, воспитывают уважительное отношение к своему народу. В курс 3 класса вошли такие игры, как «Гуси – лебеди», «Салки», «Тише едешь – дальше будешь», «Попрыгунчики – воробышки» и др.

**2 Раздел ( 9 часов ).** Дети продолжают изучать традиции и культуру людей других национальностей, проживающих на территории Российской Федерации. Такие игры как «Юрта», «Медный пень», «Ищем палочку», и др. помогают детям уважительно относится не только к своей культуре, но и к культуре других народов.

**3 раздел ( 10 часов).** Продолжается совершенствование координации движений, развития быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе, воспитывается инициатива, культура поведения, творческий подход к игре. Во внеурочную деятельность 3 класса вошли такие подвижные игры «Вышибалы», «Горячая картошка», «Квадрат», «Собачки», «Кто дальше бросит», «Светофор» и др.

**4 Раздел ( 4 часа).** Продолжают развивать быстроту реакции, умение играть в коллективе, придерживаться правилам игры. «Быстрее к цели», «Разрывные цепи», «Верхом на клюшке», «Успей занять место» направлены на снятие умственного напряжения учащихся, противодействуют развитию чрезмерного утомления, повышают работоспособность школьников, укрепляют их здоровье.

**5 Раздел (2 часа).** Мероприятия проводятся в форме дружеского общения с целью обменом опыта. Мероприятие «Чья команда ловчее», «Мы – быстрые и ловкие».

**Содержание курса. 4 класс** – **34 часа**

**1 Раздел (5 часов).** Закрепление и обобщение знаний о русских народных традициях, играх. Игры «Отгадай, чей голосок?», «Два Мороза», «Бездомный заяц» и пр. формируют представление у детей о русской культуре и обычаях.

**2 Раздел (14 часов).** Закрепление и обобщение знаний об играх народов России, об их традициях и обычаях. В раздел включены такие игры, как «выбей из круга», «Подними платок», «Прятки», «Альчик» и др.

**3 Раздел (10 часов).** Закрепление и обобщение знаний о подвижных играх. Дети продолжают развивать в себе смекалку, находчивость, умение быстро ориентироваться и выбирать правильное решение. В раздел вошли такие игры как «Быстро по местам», «Цветы», «Падающая палка» и др.

**4 Раздел ( 4 часа).** Повторение и систематизация правил эстафеты, развитие умения работать в команде, прислушиваться к своим товарищам.

**5 Раздел (1 час ).** Мероприятие построено с показательными выступлениями, с демонстрацией даже минимального достижения, отзывы о занятиях «Подвижные игры» и пожелания самому себе, которые могут быть выражены в виде рисунков, рассказов, фотографий.

**Учебно-универсальные действия, формируемые на занятиях.** **1 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятия | Кол-во часов |  УУД |
| 1 | Для чего нужны игры? История возникновения игр. Подвижные игры | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 2 | Правила поведения при проведении игры. Разучивание считалок. Подвижные игры | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 3 |  «Лес, озеро, болото». Русская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время игры;- умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- планирование учебного сотрудничества, определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 4 | «Перемена мест». Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время игры;- умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- планирование учебного сотрудничества, определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 5 | «Не оступись». Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время игры;- умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- планирование учебного сотрудничества, определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 6 | «Соревнование скороходов». Русская игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- проговаривать последовательность действий во время игры; |
| 7  | «Совушка». Русская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время игры;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- проговаривать последовательность действий во время игры; |
| 8 | «Быстрые и ловкие». Эстафета  | 1 | - проговаривать последовательность действий во время игры;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- проговаривать последовательность действий во время игры; |
| 9 | «Пятнашки с приседаниями». Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 10 | День и ночь. Русская игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения. |
| 11 | Паук и муха. Русская игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения. |
| 12 | Мы – физкультурники. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения. |
| 13 | Фигуры. Бурятская игра | 1 | - определять и формировать задачи деятельности при помощи учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятия;- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функций и способов взаимодействия. |
| 14 | Стоп! Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения. |
| 15 | Охотники и олени. Игра народов Коми | 1 | - определять и формировать задачи деятельности при помощи учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятия;- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функций и способов взаимодействия. |
| 16 | Встречная эстафета | 1 | - определять и формировать задачи деятельности при помощи учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятия;- разрешение конфликтов – выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов решения конфликта, управление поведением партнёра. |
| 17 | День и ночь. Русская игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения. |
| 18 | Попади в ворота. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- разрешение конфликтов – выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов решения конфликта, управление поведением партнёра. |
| 19 | Кто дальше прокатится. Подвижная игра | 1 | - определять и формировать задачи деятельности при помощи учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятия;- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функций и способов взаимодействия. |
| 20 | На буксире. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения. |
| 21 | По ровненькой дорожке. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения. |
| 22 | Лошадки. Игра народов Дагестана | 1 | - определять и формировать задачи деятельности при помощи учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятия;- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функций и способов взаимодействия. |
| 23 | Мы – весёлые ребята. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- разрешение конфликтов – выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов решения конфликта, управление поведением партнёра. |
| 24 | Дожди. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения. |
| 25 | Кошки и мышки. Русская игра | 1 | - определять и формировать задачи деятельности при помощи учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятия;- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функций и способов взаимодействия. |
| 26 | Пятнашки. Русская игра | 1 | - определять и формировать задачи деятельности при помощи учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятия;- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функций и способов взаимодействия. |
| 27 | Звери. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 28 | Лошадки. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 29 | Волк во рву. Русская игра | 1 | - определять и формировать задачи деятельности при помощи учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятия;- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функций и способов взаимодействия. |
| 30 | К своим флажкам. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- разрешение конфликтов – выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов решения конфликта, управление поведением партнёра. |
| 31 | Пустое место. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- разрешение конфликтов – выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов решения конфликта, управление поведением партнёра. |
| 32 | Спортивный праздник | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- разрешение конфликтов – выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов решения конфликта, управление поведением партнёра. |
| 33 | Резерв  |  |  |

**Учебные универсальные действия, формируемые на занятиях. 2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема занятия | Кол-во часов |  УУД |
| 1. | Жмурки. Русская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 2 | Кот и мышь. Русская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 3 | «Салки». Русская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 4 | Пятнашки. Подвижные игры | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 5 | Охотники и зайцы. Русская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 6 | Фанты. Русская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 7 | Ловушка с приседаниями. Подвижная игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 8 | Волк. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 9 | Охота на тигра. Подвижная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 10 | Донести рыбку. Подвижная игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 11 | Черепаха – путешественница. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 12 | Собери орехи. Подвижная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 13 | Повяжу я шёлковый платочек. Русская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 14 | Дриблинг. Подвижная игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 15 | Пролезь сквозь мешок. Русская игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- разрешение конфликтов – выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов решения конфликта, управление поведением партнёра. |
| 16 | Краски. Русская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 17 | Стадо. Русская игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 18 | Нахчирбози. Таджикская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 19 | Хлибчик. Украинская игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- разрешение конфликтов – выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов решения конфликта, управление поведением партнёра. |
| 20 | Чеченская народная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 21 | Дагестанская народная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 22 | Бурятская народная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 23 | Увернись от мяча. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- разрешение конфликтов – выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов решения конфликта, управление поведением партнёра. |
| 24 | Космонавты. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 25 | Второй лишний. Подвижная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 26 | Два мороза. Русская игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 27 | Большой мяч. Подвижная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 28 | Шлёпанки. Подвижная игра | 1 | - умение делать выводы в результате совместной деятельности класса и учителя;- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 29 | Прятки. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 30 | Перехватчик. Подвижная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 31 | Мельница. Подвижная игра | 1 | учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 32 | Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья» | 1 | - умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- проговаривать последовательность действий во время занятий;- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, управление поведением партнёром – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 33 | Беседа по правилам техники безопасности. Подвижные игры | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 34 | Резерв. Подвижные игры | 1 |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Учебные универсальные действия, формируемые на занятиях. 3 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятия | Кол-во часов |  УУД |
| 1 | Вышибалы. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 2 | Горячая картошка. Подвижная игра | 1 | учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 3 | Квадрат. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 4 | Юрта. Башкирская игра | 1 | учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 5 | Кто дальше бросит. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 6 | Быстрее к цели. эстафета | 1 | учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 7 | Разрывные цепи. Подвижная игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 8 | Чиж. Чечено-ингушская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 9 | Гуси-лебеди. Русская игра | 1 | учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 10 | Салки. Русская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 11 | Тише едешь – дальше будешь. Русская игра | 1 | учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 12 | Попрыгунчики – воробушки. Русская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 13 | Зайцы в огороде. Русская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 14 | Лисы и куры. Русская игра | 1 | учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 15 | Слон. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 16 | Вышибалы. Подвижная игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 17 | Соревнования тачек. Подвижная игра | 1 | учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 18 | Медный пень. Башкирская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 19 | Котёл. Мордовская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 20 | Борьба за флажки. Осетинская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 21 | Мышеловка. Русская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 22 | Ищем палочку. Бурятская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 23 | Выбей из круга. Дагестанская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 24 | Катание мяча. Марийская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 25 | Сокол и лиса. Якутская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 26 | Игровые упражнения по заданию. Эстафета  | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 27 | Гномики в домике. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 28 | Картошка в ложке. Подвижная игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 29 | Верхом на клюшке. Эстафета  | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 30 | Казаки – разбойники. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 31 | Сороконожка. Подвижная игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 32 | Чья команда ловчее. Эстафета  | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 33 | Беседа по правилам техники безопасности. День здоровья | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 34 | Резерв  |  |  |

**Учебные универсальные действия, формируемые на занятиях. 4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятия | Кол-во часов |  УУД |
| 1 | Быстро по местам. Подвижная игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 2 | Отгадай, чей голосок. Русская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 3 | Цветы. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 4 | Космонавты. Подвижная игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия. |
| 5 | Пустое место. Подвижная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 6 | Падающая палка. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения |
| 7 | Два мороза. Русская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 8 | Прыгающие воробушки. Подвижная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 9 | Третий лишний. Подвижная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 10 | Бездомный заяц. Русская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 11 | Прыжок за прыжком. Эстафета. | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 12 | Рыбки. Чувашская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 13 | Стрельба в мишень. Тувинская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 14 | Невод. Стой, олень! Игры народов Коми | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 15 | Льдинка, ветер и мороз. Дальневосточная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 16 | Меч. Карельская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 17 | Кросс с мячом. Подвижная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 18 | Мячом в корзину. Эстафета | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 19 | Не давай мяч водящему. Подвижная игра  | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 20 | Под буркой. Кабардино-балкарская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 21 | Подними платок. Дагестанская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 22 | Игры с мячом. Подвижная игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 23 | Мяч среднему. Подвижная игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 24 | С двумя мячами навстречу. Эстафета | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 25 | Серый конь. Татарская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 26 | Сокол и лиса. Якутская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 27 | Юрта. Башкирская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 28 | Охотники. Игры народов Коми | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 29 | Не наступи на снежный ком. Русская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 30 | Выбей из круга. Дагестанская игра | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 31 | Салка и мяч. Русская игра | 1 | - проговаривать последовательность действий во время занятия;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- формирование навыков позитивного коммуникативного общения; |
| 32 | Катание мяча. Марийская игра | 1 | - учиться работать по определённому алгоритму;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- умение управлять поведением партнёра – контроль, коррекция и оценка его действий. |
| 33 | Эстафеты – поезда | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |
| 34 | Спортивное мероприятие «День здоровья» | 1 | - определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия |

**Список литературы для учителя:**

1. Егоров, Б.Б., Пересадина, Ю.А. Физическая культура: учебник для учащихся 1-2 классов начальной школы. В 2 частях.– М.: Баласс, 2011.

2. Программа Школа 2100 сборник программ. Начальная школа / под научной редакцией Д.И. Фельдштейна. Изд. 2-е, доп. – М.: Баласс, 2011.

3. Ковалько, В.И. Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс – М.: Вако, 2008

4. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2004 г.

5. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение», 1989 г.

4. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми», Москва «Просвещение», 1983 г.

5. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2002 г.

**Для учащихся:**

1. Гришин В. Г. Игры с мячом и ракеткой.- М., 1982 г.

2. Вавилова Е. Н. Бегай, прыгай, метай.- М., 1982 г.

3. Семенов С. С. Городки.- М., 1982 г.

4. Гришина В. С. Румяные щечки.- М., ФиС, 1988 г.

**Учебно-практическое оборудование**

- Мячи волейбольные

- Мячи футбольные

- Мячи баскетбольные

- Палки гимнастические

- Скакалки детские

- Обручи - Скамейка гимнастическая жесткая

- Маты гимнастические

- Стенка гимнастическая

- Сетка волейбольная

- Щит баскетбольный тренировочный

- Рулетка измерительная

- Мишень для метания