

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
_____/Смирнова В.А./

№ _____ от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ Ильпанурская
основная общеобразовательная
школа _____/Князев Г.Г./
Приказ от 30.08.2023г. № 19/14-О

Рабочая программа
внеурочной деятельности
по спортивно-оздоровительному направлению

«Подвижные игры»
1-4 классы

Составитель: учитель физической
культуры Шишкина Н.М.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 1-4 классов составлена на основе Примерной программы по внеурочной деятельности для начальной школы и авторской программы курса «Подвижные игры» общеобразовательных школ автора *Н.Б. Погребова*, кандидат педагогических наук, ректор СКИПКРО;

О.Н. Хижнякова, кандидат педагогических наук, заведующая кафедрой начального образования СКИПКРО;

Н.М. Малыгина, старший преподаватель кафедры начального образования СКИПКРО. (год издания 2010г).

Цель данного курса: формирование гармонически развитой, активной личности, сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Задачи данного курса: научить детей играть активно и самостоятельно;

- вырабатывать умение в любой игровой ситуации 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;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.
- укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе,
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

Срок реализации программы 4 года(135часов)

Содержание программы направлено на освоение учащимися базовых знаний и формирование базовых компетентностей, что соответствует основной образовательной программе начального общего образования. Она включает все темы, предусмотренные федеральным компонентом государственного образовательного стандарта начального общего образования по внеурочной деятельности для начальной школы и авторской программой учебного курса.

Планируемые результаты изучения курса

Личностными результатами кружка «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 кружка «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;

Принцип деятельности

Программа составлена с учетом возрастных, психологических и физиологических особенностей детей. Работа с детьми строится на основе уважительного, искреннего и тактичного отношения к личности ребенка. В педагогической деятельности следует исходить из концепции педагогического сотрудничества:

- уважать личность ребенка, его позицию;
- принять ребенка таким, каков он есть, в его своеобразии и индивидуальности;
- отмечать достоинства каждого ребенка;
- не навязывать свои мысли ребенку, а высказывать суждения, не приказывать, а советовать: вести ребенка к самоанализу, к рефлексии;
- проявлять искренний интерес к словам ребенка, его переживаниям, слушать и понимать его.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся начальной школы должны:

иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о народной игре как средстве подвижной игры;
- об играх разных народов;
- о соблюдении правил игры

уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие **задачи**:

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Цель и задачи реализации основной образовательной программы учреждения не противоречат цели и задачам ВОП школы согласно Программы развития ОУ.

Соответствие целей и задач программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» целям и задачам основной образовательной программы учреждения будет способствовать осуществлению пролонгированного эффекта от ее реализации в педагогической практике.

Межпредметные связи программы внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» носит комплексный характер, что отражено в межпредметных связях с такими учебными дисциплинами как: литературное чтение, окружающий мир, технология, изобразительное искусство, физическая культура, музыка.

Таблица №1.

Межпредметные связи программы внеурочной деятельности

предмет	содержание учебной дисциплины	Содержание программы «Подвижные игры»
Литературное чтение	Чтение , русских народных сказок, сказка «Гуси лебеди». Устное народное творчество .	Разучивание игры «Гуси лебеди», заучивание слов к играм «У медведя во бору», « Космонавты», «Мы весёлые ребята» и др. Считалки
Окружающий мир	Сезонные изменения в природе. Организм человека. Опора тела и движение. Наше питание. Игры связанные с особенностями и повадками животных.	«Зайчики», «Попрыгунчики-воробушки», «Слон», «Белые медведи», «Бой петухов», «Лев и коза» и др.
Технология	От замысла к результату. Технологические операции.	Изготовление простейшего инвентаря для игр (подвижные мишени, бумажные снежки и др)
Изобразительное искусство	Мир фантазии.	Мир эмоций и чувств. Изготовление масок для игр
Физическая культура	Отличие физических упражнений от обыденных.	Зачем нужен комплекс ОРУ? Разучиваем комплекса ОРУ перед разучиванием подвижной игры
Музыка	Выразительность музыкальной интонации.	Мир эмоций и чувств. Игры с элементами танцев «Море волнуется, раз», игры с музыкальным сопровождением
Математика	Устный счёт	Игра «Вызов номеров»

Не менее значимым при развитии здоровьесберегающей среды учреждения является состояние и перспективы обогащения материально-технической базы наглядными пособиями, техническими средствами обучения, а также обеспечение и поддержка состояния экологической комфортности среды школьных помещений, в которых дети проводят значительную часть дня.

Для реализации программы «Подвижные игры» необходима материально-техническая база:

1. Спортивный инвентарь:

- Обручи, скакалки, мячи, гимнастические скамейки, гимнастические маты, канат, гимнастическая стенка.
- измерительные приборы: весы, часы, секундомер.

2. Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций:

компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.

Подобная связь содержания программы внеурочной деятельности с учебной деятельностью обеспечивает единство учебной и внеучебной деятельности, что позволит сформировать у обучающихся не только мотивацию на ведение здорового образа, а будет способствовать формированию знаний о

социальной, психологической и соматической составляющей здоровья и уверенности в необходимости заботы о собственном здоровье.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Именно принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 40 минут.

Занятия проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке, на свежем воздухе. Курс может вести как классный руководитель, так и любой другой учитель начальных классов, учитель физической культуры.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника

Формы работы - интегрированные уроки, беседы, деловые игры, уроки здоровья, подвижные игры, игры на воздухе. Занятия проводятся раз в неделю по 40 минут.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

Группировка подвижных игр.

- С элементами общеразвивающих упражнений.
- С бегом на ловкость.
- С бегом на скорость.
- С прыжками на месте и с места.
- С прыжками в высоту.
- С прыжками длину с разбега.
- С метанием на дальность.
- С лазанием и перелазанием.
- Игры подготовительные к волейболу.
- Игры подготовительные к баскетболу.
- Игры на местности

Таблица №2

Группировка игр по преимущественному проявлению у учащихся физических качеств.

Игры, в которых преимущественно проявляются	Характеристика игровых действий	Игры
Ловкость	Игры, побуждающие немедленно переходить от одних действий к другим; не задерживаясь, сочетать свои действия с действиями других занимающихся (по внезапным заданиям, сигналам).	“Салки” “Ловкая подача” “Ловкие и меткие” Игры, требующие умения сосредоточить внимание одновременно на нескольких действиях (бег, прыжки, игры с увертыванием)
Быстрота	Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, тактильные, звуковые сигналы, игры, с короткими перебежками типа догоняй-убегай	“Шишки, желуди, орехи” “День и ночь” Эстафета на полосе препятствий . Игры с бегом на скорость в изменяющихся условиях.
Сила	Игры с кратковременными мышечными напряжениями динамического и статического характера	“Сильный бросок” “Бой петухов” “Перетягивание через черту”
Выносливость	Игры с неоднократными повторениями активных, энергично выполняемых действий, связанных с	“Бег командами” “Не давай мяча водящему” “Перетягивание каната”

	непрерывными движениями	интенсивными	
--	----------------------------	--------------	--

Содержание курса

Основная направленность	Классы	
	1-2	3-4
На закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	«К своим флажкам», «Два мороза», «Пятнашки»	«Пустое место», «Белые медведи». «Космонавты»
На закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве	«Попрыгунчики - воробушки », «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».	«Прыжки по полоскам», «Волк во рву», «Удочка»
На закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей	«Кто дальше бросит», «Точный расчет», «Метко в цель».	
На комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями	При соответствующей игровой подготовке рекомендованные для 3 и 4 классов игры можно проводить в 1 и 2 классах	«Борьба за мяч» «Перестрелка» «Мини-баскетбол» «Мини-гандбол» Варианты игры в футбол
На знания о физической культуре	Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности	
Самостоятельные занятия	Броски, ловля и передача мяча, удары и остановки мяча ногами, ведение мяча на месте, в ходьбе и беге, выполняемые обеими руками и ногами	

<p>На овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и ведении мяча.</p>	<p>Ловля и передача, броски и ведение мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень, обруч), в парах, стоя на месте и в шаге. Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении по прямой(шагом и бегом).</p>	<p>Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления. Броски поворотом с 3—4 м (гандбол)</p>	<p>Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски по воротам с 3—4 м (гандбол) и броски в цель (в ходьбе и медленном беге), удары по воротам в футболе</p>
<p>На закрепление и совершенствование держания, ловли, передачи, броска и ведения мяча и на развитие способности к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве</p>	<p>«Играй, играй, мяч не теряй», «Мяч водящему» «У кого меньше мячей» «Школа мяча», «Мяч в корзину» «Попади в обруч»</p>	<p>«Гонка мячей по кругу» «Вызови по имени» «Овладей мячом» «Подвижная цель» «Мяч ловцу» «Охотники и утки» «Быстро и точно» «Снайперы» «Игры с ведением мяча»</p>	

В содержании программы перечисленные разделы возобновляются на протяжении четырех лет, что способствует обобщению, расширению и систематизации знаний о здоровье, закреплению социально одобряемой модели поведения обучающихся. Основы игровой деятельности направлены на совершенствование, прежде всего естественных движений. Элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу), и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнёром, командой и соперником).

- Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики.
- В программный материал входят простейшие виды построений и перестроений, большой круг общеразвивающих упражнений без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические и танцевальные упражнения.
- Подвижные игры на материале легкой атлетики.
- Бег, прыжки, метание.
- Подвижные игры на материале лыжной подготовки.
- Ознакомление с простейшими правилами обращения с лыжным инвентарём, обучение основным строевым приёмам с лыжами.
- Подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)
- Подвижные игры для формирования правильной осанки.
- Подвижные игры на свежем воздухе.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные

компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- **Определять** и **высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

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

1. Регулятивные УУД:

- **Определять и формулировать** цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на уроке.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с правилами игры, учить **работать** по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на уроке.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор подвижных игр.
- Добывать новые знания: **находить ответы** на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять план игры на основе (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

3. Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- **Слушать** и **понимать** речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения во время игры, в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» ожидается:

- повышение качества и количества мероприятий с учащимися, направленных на формирование здорового образа жизни;
- улучшение здоровья учащихся;
- формирование у учащихся осознанной потребности в здоровом образе жизни; повышение интереса школьников к занятиям физической культурой и спортом;
- пополнение материальной базы для проведения уроков физической культуры и внеклассных мероприятий;
- создание необходимой базы материалов и методологической основы для формирования здорового образа жизни, внедрение новых форм и методов воспитательной работы;
- развитие умений работать в коллективе;
- формирование у детей уверенности в своих силах;
- умение применять игры самостоятельно.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил игры; второй — поведенческий, позволяющий закрепить полученные знания на практике, укрепить своё здоровье.

Форма подведения итогов реализации программы – соревнования, викторины.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

Перечень методического и программного обеспечения

Баршай В. М. Активные игры для детей. Ростов н/Д: Феникс, 2001. — 320 с. (Серия «Мир вашего ребенка»).

1. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе./ сост. О.В. Поляков. - Волгоград: ИТД «Корифей». - 96 с.
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004, 296 с. - (Педагогика. Психология. Управление).
3. Наш выбор - здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации / авт.-сост. Н. Н. Шапцева. Учитель, 2009. - 184 с.
4. Подвижные игры: 1-4 классы. / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. -М: ВАКО, 2007. - 176 с. - (Мозаика детского отдыха).
5. Степанова О.А. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие . - М.: Баласс, 2008. - С. 128. (Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы»).
6. Электронные ресурсы:
www.shkolnik.ru
www.vaco.ru
www.academkniga.ru
www.proshkolu.ru

Нагрузка на учебный год:

№ п\п	Класс	Всего часов
1.	1 класс	33
2.	2 класс	34
3.	3 класс	34
4.	4 класс	34

Место проведения:

в спортивном зале (холодное время года),
на спортивной площадке (в теплое время года).

Содержание программы (1 год обучения)

№ п\п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Игры на координацию движений	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные занятия «Если хочешь быть здоров»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные занятия «Учимся следить за собой»	5	5	10	викторина
4.	Игры на развитие ловкости	-	7	7	соревнование
	Итого:			33	

Содержание программы

1. Игры на развитие координации движений: «Ловишка», «Салки» «К своим флажкам», «Жмурки», «Совушка».

2. Интегрированные уроки «Если хочешь быть здоров»: беседа «Если хочешь быть здоров», игра «Успей убежать», «Бой петухов», беседа «Дружи с водой», игра «Не попадись», «Море волнуется, раз...» беседа «Забота о коже», игра «Кого называли, тот и ловит», беседа «Уход за ушами» и игра «Воробьи и вороны», «Вызов номеров».
3. Интегрированные уроки «Учимся следить за собой»: беседа «Уход за зубами», игра «Дедушка и детки», беседа «Забота о глазах», игра «Охотник и утки», беседа «Как я одеваюсь», игра «Белые медведи», беседа «Моя красивая осанка», игра «Переноска арбузов», беседа «Уход за руками и ногами», игра «Поймай лягушку».
4. Игры на развитие ловкости: «Будь ловким», «Хитрая лиса», «Волк во рву» «Медведи и пчелы», «Охотники и утки», «Удочка», «Не давай мяч водящему»

Тематический план

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов		Дата проведения
		план.	факт.	
1 год обучения (33ч.)				
Подвижные игры (9 часов)				
1 - 2.	Игра «Ловишка»	2	2	
3 - 4.	Игра «Салки»	2	2	
5 - 6.	Игра «К своим флажкам»	2	2	
7 - 8.	Игра «Жмурки»	2	2	
9.	Игра «Совушка»	1	1	
Интегрированные занятия(7 часов)				
10.	Если хочешь быть здоров	1	1	
11.	Игры «Успей выбежать», «Бой петухов»	1	1	
12.	Дружи с водой	1	1	
13.	Игра «Не попадись», «Море волнуется, раз...»	1	1	
14.	Забота о коже	1	1	
15.	Игра «Кого называли, тот и ловит»	1	1	
16.	Уход за ушами. Игра «Вороны и воробьи», «Вызов номеров»	1	1	
Интегрированные занятия(10 часов)				
17.	Уход за зубами	1	1	
18.	Игра «Дедушка и детки»	1	1	
19.	Забота о глазах	1	1	
20.	Игра «Охотник и утки», «Удочка»	1	1	
21.	Как я одеваюсь	1	1	
22.	Игра «Белые медведи»	1	1	
23.	Моя красивая осанка	1	1	
24.	Игра «Переноска арбузов»	1	1	
25.	Уход за руками и ногами	1	1	
26.	Игра «Поймай лягушку»	1	1	
Подвижные занятия (7 часов)				
27 - 28.	Игра «Будь ловким», «Космонавты»	2	2	
28 - 30.	Игра «Хитрая лиса», «Волк во рву»	2	2	
31 - 32.	Игра «Медведи и пчелы»	2	2	
33.	Игра «Охотники и утки», «Не давай мяч водящему»	1	1	

Содержание программы (2 год обучения)

№ п/п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Подвижные игры	-	9	11	соревнование
2.	Интегрированные занятия «Какой я»	2	3	5	викторина
3.	Интегрированные занятия «Какой я внутри»	5	5	10	викторина
4.	Игры на развитие координации движений	-	8	8	соревнование
	Итого:	8	26	34	

Содержание программы

1. Подвижные игры: «Колдун», «Два Медведя», «Совушка», «Ручеек», «Гуси-лебеди».
2. Интегрированные уроки: «Какой я», беседа «Я какой был», игра «Пчелы и медведи», беседа «Чем я отличаюсь от взрослого», игра «Горелки», беседа «Моё настроение», игра «День и ночь», беседа «Из чего я сделан», игра «Перемена мест».
3. Интегрированные уроки: «Какой я внутри», беседа «Какой я внутри», игра «Удочка», беседа «Почему я не падаю», игра «Волки во рву», беседа «Моя красивая осанка», игра «Салки», беседа «Зачем человек ест», игра «Снежки», беседа «Как правильно есть», игра «Перестрелка».
4. Игры на развитие координации движений: игра «Чай - чай, выручай», игра «Космонавты», игра «Перебежки», игра «Сбей городок».

Тематический план

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов		Дата проведения
		план.	факт.	
2 год обучения(34 ч.)				
Подвижные игры (9 ч.)				
1	Вас приглашает страна Игр. Какие бывают игры. Театрализованное информационное представление об играх и их происхождении.	1	1	
2	Правила игры. Обязательны ли они для всех? Театрализованное представление «Невоспитанные Шиповки и вежливый Секундомер».	1	1	
3	Игры-сцеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса.	1	1	
4-5	Совершенствование навыков быстроты реакции. Игра «Белые медведи». Игра «Перебежка с предметами».	2	2	
6-7	Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом. Перетягивание каната. Игра «Кто кого перетянет».	2	2	
8-9	Догонялки. Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков и. Игра «Веселые	2	2	

	ребята».			
10-11	Развитие общей выносливости. Игра «Салки», «Салки с лентой». Игры эстафеты. «Угадай и догони».	2	2	
Интегрированные занятия (7 ч.)				
12	«Я». Какой я был Игра «Пчелы и медведи»	1	1	
13.	Чем я отличаюсь от взрослого . Игра «Горелки»	1	1	
14.	Мое настроение	1	1	
15.	Игра «День ночь»	1	1	
16.	Из чего я сделан. Игра «Перемена мест»	1	1	
Интегрированные занятия (10 ч.)				
17.	Какой я внутри	1	1	
18.	Игра «Удочка»	1	1	
19.	Почему я не падаю	1	1	
20.	Игра «Волк во рву»	1	1	
21.	Моя красивая осанка	1	1	
22.	Игра «Салки»	1	1	
23.	Зачем человек ест	1	1	
24.	Игра «Снежки»	1	1	
25.	Как правильно есть	1	1	
26.	Игра «Перестрелка»	1	1	
Подвижные игры (8 ч.)				
27 -28.	Игра «Чай-чай, выручай»	2	2	
29 - 30.	Игра «Космонавты»	2	2	
31 - 32.	Игра «Перебежки»	2	2	
33 - 34.	Игра «Сбей городок», «Удочка»	2	2	

Содержание программы (3 года обучения)

№ п/п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	всего	
1.	Игры на повышение интереса к ЗОЖ	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные занятия «О правильном питании»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные занятия «Наши главные органы»	5	5	10	викторина
4.	Игры на природе	-	8	8	соревнование
	Итого:	8	26	34	

Содержание программы

- Игры на повышение интереса к ЗОЖ: «Охотник и утки», «Рыбаки и рыбки», «Тише едешь, дальше будешь», «Запрещенное движение».
- Интегрированные уроки «О правильном питании»: беседа «Полезная пища», игра «Пионербол», беседа «Вредная пища», игра «Достань мяч», беседа «Овощи. Блюда из овощей», игра «Белые медведи», беседа «Фрукты. Мой любимый сок», игра «Охотники и лайки».
- Интегрированные уроки «Наши главные органы»: беседа «Как я чищу зубы», игра «Бой петухов», беседа «Мой нос это фильтр, печка и сторожевой пост», игра «Мяч в воздухе», беседа «Аптечка на кухне», игра «Воробы и кошка», беседа «Почки, которые никогда не станут цветами», игра

«Воробьи и вороны», беседа «Пещера-сковарка с привратником у входа (желудок)», игра «Штандир».

4. Игры на природе: «Зайчики», «Прыгуны», «Один в круге», «Рыбная ловля».

Тематический план

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов		Дата проведения
		план.	факт.	
3 год обучения(34 ч.)				
Подвижные игры (9 ч.)				
1 - 2.	Игра «Охотники и утки»	1	1	
3 - 4.	Игра «Рыбаки и рыбки»	1	1	
5 - 6.	Игра «Тише едешь - дальше будешь»	1	1	
7 - 8.	Игра «Запрещенное движение»	1	1	
9.	Игра «Ручеек»	1	1	
Интегрированные занятия (7 ч.)				
10.	Полезная пища	1	1	
11.	Игра «Пионербол»	1	1	
12.	Вредная пища	1	1	
13.	Игра «Достань мяч»	1	1	
14.	Овощи. Блюда из овощей	1	1	
15.	Игра «Белые медведи»	1	1	
16.	Фрукты. Мой любимый сок. Игра «Охотники и лайки»	1	1	
Интегрированные занятия (10 ч.)				
17.	Как я чищу зубы	1	1	
18.	Игра «Бой петухов»	1	1	
19.	Мой нос – это фильтр, печка и сторожевой пост	1	1	
20.	Игра «Мяч в воздухе»	1	1	
21.	Аптечка на кухне	1	1	
22.	Игра «Воробьи и кошка»	1	1	
23.	Почки, которые никогда не станут цветами	1	1	
24.	Игра «Воробьи и вороны»	1	1	
25.	Пещера-сковарка с привратником у входа (желудок)	1	1	
26.	Игра «Штандир»	1	1	
Подвижные игры (8 ч.)				
27 - 28.	Игра «Зайчики»	2	2	
29 - 30.	Игра «Прыгуны»	2	2	
31 - 32.	Игра «Один в круге»	2	2	
33 - 34.	Игра «Рыбная ловля»	2	2	

Тематический план (4 год обучения)

№ п/п	Название темы	Количество часов			Форма контроля
		теоретич.	практич.	Всего	
1.	Игры на улучшение здоровья	-	9	9	соревнование
2.	Интегрированные занятия «Я продолжаю расти»	3	4	7	викторина
3.	Интегрированные занятия «Уважайте самих	5	5	10	викторина

	себя»				
4	Игры на природе	-	8	8	соревнование
	Итого:			34	

Содержание программы

- Игры на улучшение здоровья: «Охотник и собака», «Поймай дракона за хвост», «Хромой цыпленок», «Человек, ружье, тигр», «Чужеземцы».
- Интегрированные уроки: «Я продолжаю расти» беседа «Я продолжаю расти», игра «Метательная лапта», беседа «Я – мальчик, я - девочка», игра «Перестрелка», беседа «Вредные привычки», игра «Вызов номеров», беседа «Как преодолеть стресс», игра «Два мороза».
- Интегрированные уроки «Уважайте самих себя»: беседа «Уважайте самих себя», игра «День и ночь», беседа «Мой характер», игра «Перемена мест», беседа «Мой автопортрет», игра «Волк во рву», беседа «Драться или не драться», игра «Пятнашки», беседа «Красота в моем доме», игра «Перебежки».
- Игры на природе: «Охрана сокровища», «Чехарда», «Лапта», «Третий лишний».

Тематический план

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов		Дата проведения
		план.	факт.	
4 год обучения (34 ч.)				
Подвижные игры (9 ч.)				
1 - 2.	Игра «Охотник и собака»	2	2	
3 - 4.	Игра «Поймай дракона за хвост»	2	2	
5 - 6.	Игра «Хромой цыпленок»	2	2	
7 - 8.	Игра «Человек, ружье, тигр»	2	2	
9.	Игра «Чужеземцы»	1	1	
Интегрированные занятия (7 ч.)				
10.	«Я продолжаю расти». Игра	1	1	
11.	«Метательная лапта»	1	1	
12.	Я - мальчик, я – девочка	1	1	
13.	Игра «Перестрелка»	1	1	
14.	Вредные привычки	1	1	
15.	Игра «Вызов номеров»	1	1	
16.	Как преодолеть стресс. Игра «Два мороза»	1	1	
Интегрированные занятия (10 ч.)				
17.	Уважайте самих себя	1	1	
18.	Игра «День и ночь»	1	1	
19.	Мой характер	1	1	
20.	Игра «Перемена мест»	1	1	
21.	Мой автопортрет	1	1	
22.	Игра «Волк во рву»	1	1	
23.	Драться или не драться	1	1	
24.	Игра «Пятнашки»	1	1	
25.	Красота в моем доме	1	1	
26.	Игра «Перебежки»	1	1	
Подвижные игры (8 ч.)				
27 - 28.	Игра «Охрана сокровища»	2	2	
29 - 30.	Игра «Чехарда»	2	2	
31 - 32.	Игра «Лапта»	2	2	
33 - 34.	Игра «Третий лишний»	2	2	

