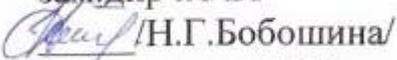


Министерство образования и молодежной политики  
Свердловской области  
МКУ УО ГО Богданович  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Коменская средняя общеобразовательная школа

Согласовано:  
зам.дир по ВР  
 Н.Г.Бобошина/  
«31» августа 2023г.



*Рабочая программа*  
*учебного курса внеурочной деятельности*  
**«Быстрее, выше, сильнее»**  
*для 2-4 классов (3 года обучения )*  
на 2023-2024 учебный год

Составитель:  
Коновалова Анна Леонидовна,  
учитель физической культуры

## 1. Содержание учебного курса внеурочной деятельности

Рабочая программа по внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе.

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

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики.

Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Рабочая программа по внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 2-4 классы -34 часа в год. На реализацию курса внеурочной деятельности отводится 1 час в неделю, программа рассчитана на 102 часа. Срок реализации программы: 3 года.

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности. Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: *викторины, конкурсы, ролевые игры, выполнение заданий соревновательного характера, оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ), результативность участия в конкурсных программах и др.*

### 2 класс (34 часа)

#### Игры с бегом (6 часов)

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробы».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров», Игра «Пустое место».
- Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробы-попрыгунчики».

### **Игры с прыжками (4 часа)**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом».

### **Игры с мячом (6 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при играх с мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч».
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

### **Игры малой подвижности (4 часа)**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

### **Зимние забавы (4 часа)**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

*Практические занятия:*

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

### **Эстафеты (5 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки.

*Практические занятия:*

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

### **Народные игры (5 часов)**

*Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»

- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

### 3 класс (34 часа)

#### Игры с бегом (5 часов)

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

*Практические занятия:*

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

#### Игры с мячом (5 часов)

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

*Практические занятия:*

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

#### Игры с прыжками (5 часов)

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

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

#### Игры малой подвижности (6 часов)

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

*Практические занятия*

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

#### Зимние забавы (3 часа)

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

*Практические занятия:*

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

#### Эстафеты (6 часов)

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

*Практические занятия:*

- Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».

- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

### **Народные игры (4 часа)**

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

*Практические занятия:*

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

## **4 класс (34 часа)**

### **Игры с бегом (5 часов)**

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

Повторение считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Пятнашки в кругу». Игра «Караси и щуки».

### **Игры с мячом (5 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр.

Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил».

Игра «Защищай ворота».

- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».

### **Игры с прыжками (5 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр.

Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

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

### **Игра малой подвижности (6 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

### **Зимние забавы (3 часа)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

*Практические занятия:*

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Пустое место».

- Игра «Кто дальше» (на лыжах).
- Игра «Быстрый лыжник».

### **Эстафеты (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

### **Народные игры (5 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

При реализации программы используются различные методы обучения:

- словесные: рассказ, объяснение нового материала;
- наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
- практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

## **2. Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Быстрее, выше, сильнее» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### **1. Регулятивные УУД:**

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;

- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

## **2. Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

## **3. Коммуникативные УУД:**

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

## ***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
  - развитие физических способностей;
  - освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
  - развитие психических и нравственных качеств;
  - повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
  - организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
  - Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### 3. Тематическое планирование

#### 2 класс

№ П/П	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	ЭОР/ЦОР
<b>Игра с бегом 6 часов</b>				
1	ТБ. Игра «Вороны и воробьи»	1	Игра	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
2	Игра «Совушка».	1		
3	Игра «День и ночь».	1	Игра	
4	Игра «Вызов номеров»	1		
5	Игра «Два мороза».	1		
6	Игра «Воробушки».	1		
<b>Игры с прыжками 4 часа</b>				
7	Игра «Салки на одной ноге	1	Игра	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
8	Игра «Кто выше»	1		
9	Игра «Пингвины с мячом».	1	Игра	
10	Игра «Поймай лягушку».	1	Игра	
<b>Игры с мячом 6 часов</b>				
11	Игра «Свечи».	1	Игра	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
12	Игра «Передал – садись».	1		
13	Игра «Охотники и утки».	1		
14	Игра «Рак пятится назад».	1		
15	Игра «Кто самый меткий».	1		
16	Игра «Не упусти мяч»	1		
<b>Игры малой подвижности 4 часа</b>				
17	Игра «Карлики и великаны».	1	Игра Соревнования	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
18	Игра «Кошка и мышка».	1		

19	Игра «Чемпионы скакалки».	1		
20	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»	1		
<b>Зимние забавы 4 часа</b>				
21	Игра «Лепим сказочных героев».	1	Игра Соревнования	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
22	Игра «Лепим снежную бабу».	1		
23	Игра «Санные поезда».	1		
24	Игра «Езда на перекладных»	1		
<b>Эстафеты 5 часов</b>				
25	Эстафеты «Бег сороконожек».	1	Эстафета	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
26	Эстафеты «Бег по кочкам»,	1	Эстафета	
27	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1	Эстафета	
28	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1	Эстафета	
29	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	1	Эстафета	
<b>Русские народные игры 5 часов</b>				
30	Игра «Чехорда»	1	Игра соревнования	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
31	Игра «Бегунок»	1		
32	Игра «Верёвочка»	1		
33	Игра «Котел»	1		
34	Игра "Дедушка - сапожник".	1		

3 класс

№ П/П	Наименование раздела	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	<b>Игры с бегом</b>  <b>5 часов</b>	ТБ. Игра «Челнок».	1	Игра Беседа	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
2.		Игра «Змейка».	1		
3.		Игра «Филин и пташки»	1	Игра соревнования	
4.		Игра «Круговые пятнашки»	1		
5.		Игра «Много троих, хватит двоих»	1		
6.	<b>Игры с мячом</b>  <b>5 часов</b>	Игра «Свечи ставить»	1	Игра Беседа	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
7.		Игра «Мячик кверху».	1		
8.		Игра «Летучий мяч».	1		
9.		Игра «Защищай город».	1	Игра соревнования	
10.		Игра «Попади в цель».	1		
11.	<b>Игры с прыжками</b>  <b>5 часов</b>	Игра «Дедушка – рожок».	1	Игра Беседа	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
12.		Игра «Воробушки и кот».	1		
13.		Игра «Переселение лягушек».	1	Игра соревнования	
14.		Игра «Борьба за прыжки».	1		
15.		Игра «Кто первый?».	1		
16.	<b>Игры малой подвижности</b>	Игра «Перемена мест».	1	Игра соревнования	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>

17.	<b>6 часов</b>	Игра «Запрещенное движение».	1	Игра Беседа	<a href="http://ura.ru/mobile_game">ura.ru/mobile_game</a>
18.		Игра «Море волнуется».	1		
19.		Игра «Колечко».	1		
20.		Игра «Краски».	1		
21.		Игра «Перемена мест»	1		
22.	<b>Зимние забавы 3 часа</b>	Игра «Строим крепость».	1	Игра соревнования	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
23.		Игра «Меткий стрелок».	1		
24.		Игра «Лепим снеговика».	1		
25.	<b>Эстафеты 6 часов</b>	Эстафеты «Передал – садись»	1	Эстафета Игра соревнования	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
26.		Игра «Скакалка под ногами».	1		
27.		Эстафета «Вызов номеров».	1	Эстафета	
28.		Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	1		
29.		Эстафета «Ведерко с водой», «Нитки наматывать».	1		
30.		Эстафета «Кати большой мяч впереди себя».	1		
31.	<b>Народные игры 4 часа</b>	Игра «Гуси - лебеди»	1	Игра Беседа	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkultura.ru/mobile_game">https://www.fizkultura.ru/mobile_game</a>
32.		Игра "Горелки".	1		
33.		Игра «Мотальщицы»	1		
34.		Игра "Мишени".	1		

**4 класс**

<b>№ П/П</b>	<b>Наименование раздела</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Электронные (цифровые) образовательные ресурсы</b>
1.	<b>Игры с бегом</b>  <b>5 часов</b>	ТБ. Игра «Мешочек».	1	Игра Беседа	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game">https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game</a>
2.		Игра «Бег командами»	1		
3.		Игра «Городок».	1	Игра соревнования	
4.		Игра «Ловкие ребята».	1		
5.		Игра «Пятнашки в кругу».	1		
6.	<b>Игры с мячом</b>  <b>5 часов</b>	Игра «Мяч среднему».	1	Игра Беседа	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game">https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game</a>
7.		Игра «Мяч в центре».	1		
8.		Игра «Мяч – соседу».	1		
9.		Игра «Отгадай, кто бросил».	1	Игра соревнования	
10.		Игра «Мяч в центре».	1		
11.	<b>Игры с прыжками</b>  <b>5 часов</b>	Игра «Зайцы в огороде».	1	Игра соревнования	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game">https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game</a>
12.		Игра «Туда- обратно».	1		
13.		Игра «белые медведи».	1	Игра Беседа	
14.		Игра «Карусели».	1		
15.		Игра «Ловушка».	1		
16.	<b>Игра малой подвижности</b>	Игра «Что изменилось?».	1	Игра Беседа	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game">https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game</a>

17.	<b>6 часов</b>	Игра «Кто дальше бросит?».	1	Игра соревнования	<a href="https://ura.ru/mobile_game">ura.ru/mobile_game</a>
18.		Игра «Точный телеграф».	1		
19.		Игра «Наблюдатели».	1		
20.		Игра «Ориентирование без карты».	1		
21.		Игра «Пустое место».	1		
22.	<b>Зимние забавы</b>  <b>3 часа</b>	Игра «Снежком по мячу».	1	Игра Беседа	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game">https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game</a>
23.		Игра «Кто дальше»	1		
24.		Игра «Быстрый лыжник».	1		
25.	<b>Эстафета</b>  <b>5 часов</b>	«Кто первый?», эстафета парами.	1	Игра соревнования	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game">https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game</a>
26.		Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставкой подвижного мяча.	1		
27.		Эстафета с лазанием и перелезанием,	1	Эстафета Игра Беседа	
28.		Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	1	Эстафета	
29.		Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	1	Эстафета	
30.	<b>Народные игры</b>  <b>5 часов</b>	Игра «Салки с домом»	1	Игра соревнования	Физкульт.Ура <a href="https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game">https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game</a>
31.		Игра "Салки".	1		

32.	Игра "Малечина - колечина".	1	Игра соревнования
33.	Игра "Коршун".	1	
34.	Игра "Бабки".	1	Игра Беседа