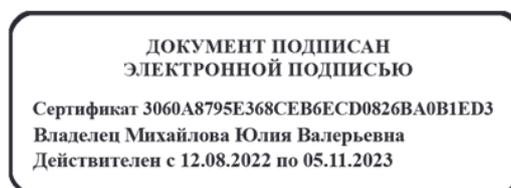


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 154 Приморского района Санкт-Петербурга
197350, Санкт-Петербург, Шуваловский проспект, дом 37, корпус 2, строение 1
<http://school154.ru/>

ПРИНЯТА
Педагогическим
советом ГБОУ
школы № 154
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол от 30.08.2023 № 19

УТВЕРЖДЕНА
Приказом ГБОУ школы № 154
Приморского района
Санкт-Петербурга
от 30.08.2023 № 283 - од



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления
«Спортивные игры»
для обучающихся 1-3 классов

Составитель:

Учитель физической культуры
Пахмутова А.Р.

Пояснительная записка

Спортивные игры, далее по тексту так же подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. 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.

Спортивные (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. Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные (спортивные) игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

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

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх обучающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Цели и задачи курса внеурочной деятельности

Цель программы сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья средством подвижной (спортивной) игры.

Задачи программы:

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству народов Поволжья.
- Расширение кругозора младших школьников.
- Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.
- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

Место курса внеурочной деятельности в структуре учебного плана

Рабочая программа «Спортивные игры» представляет собой дополнительный к основному учебному направлению курс для углубленного

практического изучения в рамках школьной внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления для обучающихся 1-3 классов.

Программа рассчитана на 1 час в неделю: 33 часа в год для 1 классов, 34 часа в год для 2-3 классов.

Содержание курса внеурочной деятельности:

Теоретическая подготовка

Физическая культура и спорт в РФ. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении, профилактика детского травматизма. Подготовка к соревновательной деятельности. Спортивные соревнования, формы их проведения и правила. Правила безопасного поведения при с играх мячом.

Физическая подготовка

Общая физическая подготовка. Общеразвивающие упражнения на все группы мышц. Упражнения для развития силы. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах, на формирование правильной осанки, развитие выносливости, ловкости, на расслабление мышц рук, ног, туловища. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития общей выносливости. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Эстафеты и подвижные игры.

Техническая подготовка:

Отдельные элементы техники бега, прыжков и метаний. Различные беговые упражнения и многоскоки. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой. Упражнения на развитие глазомера и чувства расстояния при передачи мяча, броски и ловля мяча, метание мяча. Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Личностная подготовка:

дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

умение правильно оценивать свои силы и текущее состояние организма как в тренировочный, так и в соревновательный периоды;

навыки самостоятельной тренировки и командной деятельности;

индивидуально-самостоятельная подготовка к контрольным испытаниям и соревнованиям.

Планируемые результаты освоения курса:

Метапредметные результаты:

- уметь осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осуществлять осознанный выбор в тренировочной и учебной деятельности;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные результаты:

- формирование знаний о спортивных играх и их роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;
- технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в тренировочной и соревновательной деятельности;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- ведение спортивного образа (стиля) жизни, предусматривающего активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях.

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие определённых физических качеств;
- правильно оценивать свои возможности в соревновательный период;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

знать:

- историю возникновения и развития спортивных игр;
- спортивные игры на Олимпийских играх и ее виды.
- Значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- прикладное значение различных игр упражнений;
- правила техники безопасности во время занятий;
- названия разучиваемых игр и правила игры;
- типичные ошибки при выполнении различных упражнений;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований в спортивных играх;

– игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами из разных видов спорта.

уметь:

– соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивных игр;

– технически правильно выполнять предусмотренные учебной программой контрольные упражнения (двигательные тесты);

– контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях по спортивным играм;

– правильно оценивать свои возможности в соревновательной ситуации,

– распределять свои усилия, действовать рационально и целесообразно планируемому результату, освоению знаний средств и методов специальной физической подготовки;

демонстрировать:

– знание различных спортивных игр;

– технику введения, подачи и метания мяча;

– передачу эстафетной палочки;

Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Теоретические знания. Изучение правил поведения на соревнованиях.	2	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnye-igry/

2.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	4	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
3.	Игры с мячом.	5	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
4.	Игра с прыжками (скакалки).	5	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
5.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
6.	Зимние забавы.	4	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
7.	Эстафеты.	4	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
8.	Народные игры	4	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
Всего		33	

Поурочное планирование

1 класс

№ П/П	Тема	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Первичный инструктаж по ТБ на занятиях по спортивным играм. Подвижная игра.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
2.	Обучение мерам безопасности на занятиях по спортивным играм. Подвижная игра.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
3.	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
4.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
5.	Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
6.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра» «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
7.	История возникновения игр с мячом.	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/

8.	Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
9.	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
10.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
11.	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
12.	Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
13.	Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
14.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
15.	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
16.	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
17.	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/

18.	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
19.	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
20.	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
21.	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
22.	Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
23.	Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
24.	Игра «Клуб ледяных инженеров».Игра «Мяч из круга».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
25.	Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
26.	Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
27.	Беговая эстафеты.	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/

28.	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
29.	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
30.	Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
31.	Разучивание народных игр. Игра «Чижик»	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
32.	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
33.	Всего	33 ч	

Тематическое планирование
2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Теоретические знания. Изучение правил поведения на соревнованиях.	2	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/

2.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	4	https://fk12.ru/books/fiziches-kaya-kultura-2-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
3.	Игры с мячом.	5	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
4.	Игра с прыжками (скакалки).	5	https://fk12.ru/books/fiziches-kaya-kultura-2-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
5.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5	https://fk12.ru/books/fiziches-kaya-kultura-2-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
6.	Зимние забавы.	4	https://fk12.ru/books/fiziches-kaya-kultura-2-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
7.	Эстафеты.	5	https://fk12.ru/books/fiziches-kaya-kultura-2-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
8.	Народные игры	4	https://fk12.ru/books/fiziches-kaya-kultura-2-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
Всего		34	

Поурочное планирование

2 класс

№ П/П	Тема	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
-------	------	--------------	--

1.	Первичный инструктаж по ТБ на занятиях по спортивным играм. Подвижная игра. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
2.	Обучение мерам безопасности на занятиях по спортивным играм. Подвижная игра.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
3.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
4.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
5.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
6.	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
7.	Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
8.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
9.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
10.	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev

11	Правила безопасного поведения при с играх мячом.	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
12	Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
13	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
14	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
15	Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
16	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
17	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
18	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
19	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
20	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev

21	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
22	Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
23	Игра «Санные поезда».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
24	Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных»	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
25	Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
26	Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
27	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
28	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
29	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
30	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
31	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
32	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev

33.	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
34.	Всего	34 ч	

Тематическое планирование
3 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. Теоретические знания. Изучение правил поведения на соревнованиях.	2	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev/ https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
2.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	4	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev/ https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
3.	Игры с мячом.	5	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev/ https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
4.	Игра с прыжками (скакалки).	5	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev/ https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
5.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).	5	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev/ https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/

6.	Зимние забавы.	4	https://fk12.ru/books/fiziches-kaya-kultura-3-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
7.	Эстафеты.	5	https://fk12.ru/books/fiziches-kaya-kultura-3-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
8.	Народные игры	4	https://fk12.ru/books/fiziches-kaya-kultura-3-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
Всего		34	

Поурочное планирование

3 класс

№ П/П	Тема	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Первичный инструктаж по ТБ на занятиях по спортивным играм. Подвижная игра. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
2.	Обучение мерам безопасности на занятиях по спортивным играм. Подвижная игра.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
3.	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
4.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
5.	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
6.	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
7.	Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/

8.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
9.	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
10	Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
11.	Правила безопасного поведения при с играх мячом.	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
12.	Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
13.	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
14.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
15.	Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
16.	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
17.	Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
18.	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
19.	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/

20.	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
21.	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
22.	Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
23.	Игра «Санные поезда».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
24.	Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных»	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
25.	Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
26.	Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
27.	Веселые старты Эстафеты	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
28.	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
29.	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1	https://fk12.ru/books/fi/zicheskaya-kultura-3-klass-matveev
30.	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/

31.	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
32.	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
33.	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
34.	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	1	https://nachalo4ka.ru/sportivnyie-igryi/
	Всего	34 ч	