

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

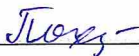
**Министерство образования Приморского края**

**Черниговский муниципальный округ**

**МБОУ СОШ № 4 с. Монастырище**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель  
методического  
объединения учителей  
начальной школы

  
Покидько Н.Е.  
Протокол № 4 от «23» 06.  
2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по  
УВР

  
Семенцова А.А.  
Приказ № 174-а от «4» 06.  
2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

  
Рожова Е.Н.  
Приказ № 174-а от «24» 06.  


**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Внеурочной деятельности «Спортивные игры»**

для обучающихся 1-4 классов

Программу составила Скиркене С.Н.  
учитель физической культуры  
высшей категории

**Монастырище, 2024**

## **I. Пояснительная записка**

Программа по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры» 1,4 классы разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральными требованиями к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса (приказ Минобрнауки России от 04.10.2010 № 986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»);
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»);
- На основе примерной программы внеурочного курса, авторская программа – «Подвижные игры» Матвеева И.Б.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» 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.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости.

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. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. 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.

**Цель программы-** Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в МБОУ СОШ №4.

**Целью реализации** основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

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.

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 1 класс — 33 часа в год, 4 классы - 34 часа в год. На реализацию курса внеурочной деятельности отводится 1 час в неделю. Срок реализации программы: 1 год.

## **II. Содержание курса внеурочной деятельности**

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.*

### **«Подвижные игры»**

#### **1 класс (33 часа)**

#### **Игры с бегом. (6ч)**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».
- Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».

- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

### **Игры с мячом. (6 часов)**

*Теория.* История возникновения игр с мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».
- Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

### **Игра с прыжками. (4 часа)**

*Теория.* Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».
- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

### **Игры малой подвижности. (5 часов)**

*Теория.* Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

### **Зимние забавы. (3 часа)**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

*Практические занятия:*

- Игра «Скатывание шаров».
- Игра «Гонки снежных комов».
- Игра «Клуб ледяных инженеров».
- Игра «Мяч из круга».
- Игра «Гонка с шайбами».
- Игра «Черепахи».

### **Эстафеты. (4 часа)**

*Теория.* Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

*Практические занятия:*

- Беговая эстафеты.
- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
- Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

### **Народные игры. (5 часов)**

*Теория.* Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба»
- Разучивание народных игр. Игра «Чижик»
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»
- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".

#### **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".

**Материально – техническое обеспечение программы:** мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, стенки, маты.

**Методическое обеспечение программы:** игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, загадки, стихи, кроссворды, экскурсии, пословицы, поговорки, встречи со специалистами, народные приметы, ребусы.

### **Приёмы и методы**

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.

## **III. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» 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 «Подвижные игры» 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.

#### **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» обучающиеся должны **знать**:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

#### **Должны уметь:**

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;



- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

#### IV. Тематическое планирование

##### 1 класс

| № П/П | Наименование раздела              | Тема занятия                                                           | Кол-во часов |
|-------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1     | <b>Игры с бегом<br/>6 часов</b>   | ТБ. Игра «Фигуры».                                                     | 1            |
| 2     |                                   | Игра «Волки, зайцы, лисы».                                             | 1            |
| 3     |                                   | Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «У медведя во бору». | 1            |
| 4     |                                   | Игра «Второй лишний».                                                  | 1            |
| 5     |                                   | Игра ««Фигуры».                                                        | 1            |
| 6     |                                   | Игра «Шишки, жёлуди, орехи».                                           | 1            |
| 7     | <b>Игры с мячом<br/>6 часов</b>   | Игра «Мяч по полу».                                                    | 1            |
| 8     |                                   | Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик».                           | 1            |
| 9     |                                   | Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».                         | 1            |
| 10    |                                   | Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».                   | 1            |
| 11    |                                   | Игра «Мяч соседу».                                                     | 1            |
| 12    |                                   | Игра «Подвижная цель».                                                 | 1            |
| 13    | <b>Игры с прыжками<br/>4 часа</b> | Игра «Прыгающие воробышки».                                            | 1            |
| 14    |                                   | Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».                                | 1            |
| 15    |                                   | Игра «Зеркало».                                                        | 1            |
| 16    |                                   | Игра «Выше ножки от земли».                                            | 1            |
| 17    | <b>Игры малой подвижности</b>     | Игра «Альпинисты».                                                     | 1            |
| 18    |                                   | Игра «Красный, зелёный». Игра                                          | 1            |

|       |                                              |                                                                 |   |
|-------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---|
|       | <b>5 часов</b>                               | «Поезд».                                                        |   |
| 19    |                                              | Игра «Копна – тропинка – кочки».                                | 1 |
| 20    |                                              | Игра «Построение в шеренгу».                                    | 1 |
| 21    |                                              | Игра «Кто быстрее встанет в круг».                              | 1 |
| 22    | <b>Зимние забавы<br/>3 часа</b>              | Игра «Гонки снежных комов».                                     | 1 |
| 23    |                                              | Игра «Мяч из круга».                                            | 1 |
| 24    |                                              | Игра «Гонка с шайбами».                                         | 1 |
| 25    | <b>Эстафеты<br/>4 часа</b>                   | Знакомство с правилами проведения эстафет.                      | 1 |
| 26    |                                              | Беговая эстафеты.                                               | 1 |
| 27    |                                              | Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)            | 1 |
| 28    |                                              | Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия | 1 |
| 29    | <b>Русские народные<br/>игры<br/>5 часов</b> | Игра "Чехарда".                                                 | 1 |
| 30    |                                              | Игра «Золотые ворота»                                           | 1 |
| 31    |                                              | Игра «Чижик»                                                    | 1 |
| 32    |                                              | Игра «Золотые ворота»                                           | 1 |
| 33-34 |                                              | Игра "Чехарда".                                                 | 2 |

#### 2-4 класс

| №<br>П/П | Наименование<br>раздела              | Тема занятия             | Кол-во<br>часов |
|----------|--------------------------------------|--------------------------|-----------------|
| 1.       | <b>Игры с бегом<br/><br/>5 часов</b> | ТБ. Игра «Мешочек».      | 1               |
| 2.       |                                      | Игра «Бег командами»     | 1               |
| 3.       |                                      | Игра «Городок».          | 1               |
| 4.       |                                      | Игра «Ловкие ребята».    | 1               |
| 5.       |                                      | Игра «Пятнашки в кругу». | 1               |
| 6.       | <b>Игры с мячом<br/><br/>5 часов</b> | Игра «Мяч среднему».     | 1               |
| 7.       |                                      | Игра «Мяч в центре».     | 1               |

|     |                                                 |                                  |   |
|-----|-------------------------------------------------|----------------------------------|---|
| 8.  |                                                 | Игра «Мяч – соседу».             | 1 |
| 9.  |                                                 | Игра «Отгадай, кто бросил.       | 1 |
| 10. |                                                 | Игра «Мяч в центре».             | 1 |
| 11. | <b>Игры с прыжками</b><br><br><b>5 часов</b>    | Игра «Зайцы в огороде».          | 1 |
| 12. |                                                 | Игра «Туда- обратно».            | 1 |
| 13. |                                                 | Игра «белые медведи».            | 1 |
| 14. |                                                 | Игра «Карусели».                 | 1 |
| 15. |                                                 | Игра «Ловушка».                  | 1 |
| 16. | <b>Игра малой подвижности</b><br><b>6 часов</b> | Игра «Что изменилось?».          | 1 |
| 17. |                                                 | Игра «Кто дальше бросит?».       | 1 |
| 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><br><br><b>3 часа</b>       | Игра «Снежком по мячу».          | 1 |
| 23. |                                                 | Игра «Кто дальше»                | 1 |
| 24. |                                                 | Игра «Быстрый лыжник».           | 1 |
| 25. | <b>Эстафета</b>                                 | «Кто первый?», эстафета парами.  | 1 |

|     |                                            |                                                                                               |   |
|-----|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 26. | <b>5 часов</b>                             | Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставкой подвижного мяча.                          | 1 |
| 27. |                                            | Эстафета с лазанием и перелезанием,                                                           | 1 |
| 28. |                                            | Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами». | 1 |
| 29. |                                            | Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)                                                | 1 |
| 30. | <b>Народные игры</b><br><br><b>5 часов</b> | Игра «Салки с домом»                                                                          | 1 |
| 31. |                                            | Игра "Салки".                                                                                 | 1 |
| 32. |                                            | Игра "Малечина - колечина".                                                                   | 1 |
| 33. |                                            | Игра "Коршун".                                                                                | 1 |
| 34. |                                            | Игра "Бабки".                                                                                 | 1 |

### Список литературы:

1. .Баландин, Г.А. Урок физкультуры в современной школе / Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. - М.: Советский спорт, 2020.
2. Беляев А.В. Баскетбол на уроке физической культуры. - 2-е изд.- М.: Физкультура и спорт, 2005. Баландин, Г.А. Урок физкультуры в современной школе / Г. А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т. Н. Казакова. - М.: Советский спорт, 2018.
3. Железняк Ю.Д., Слупский Л. Н. Волейбол в школе: Пособие для учителей -М.: Просвещение, 2019.
4. Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячами / В.С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2020.
5. Баскетбол: средства и методы обучения/ учеб. пособие ИПО СыктГУ 2016.
6. Обучение технике баскетбола студентов, специализирующихся по модулю «Баскетбол» : учеб.-метод. пособие / А. Я. Степанов, А. В. Лебедев ; Изд-во ВлГУ, 2015. 80 с.

### **Интернет- источники:**

- <http://www.crdod/Развитие> и воспитание дополнительного образования.
- [http://www.geocities.com./lesha/bdb\\_cat.ru.Сайт](http://www.geocities.com./lesha/bdb_cat.ru.Сайт) «неформальной» педагогики.
- [festival.1september.ru>articles/573494/](http://festival.1september.ru/articles/573494/) Обучение игре в баскетбол.
- [Обучение баскетболу | Информационный портал об игре баскетбол](#) ›
- Сайты: [pedsovet.su](http://pedsovet.su)
- [www.1september.ru](http://www.1september.ru)
- [www.mon.gov.ru](http://www.mon.gov.ru)
- [www.sportteacher.ru](http://www.sportteacher.ru)
- [www.lib.sportedu.ru](http://www.lib.sportedu.ru)
- [www.infosport.ru](http://www.infosport.ru)