ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 323
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Решением педагогического совета ГБОУ
СОШ№ 323
Протокол № 10 от 29.05.2020 г.

УТВЕРЖДЕНО
директором ГБОУ СОШ№ 323
_____ Л.А.Флоренковой
Приказ №36-од от 01.06.2020г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА НА 2020 – 2021 уч. Год

к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
«Подвижные игры»

Год обучения – 3
Номер группы – 314-ПИ
Возраст обучающихся – 9-10 лет

Составитель:
Кутузов Павел Сергеевич
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2020

Пояснительная записка

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Уровень освоения - общекультурный

Цель: Организация свободного времени и укрепление здоровья учащихся средствами подвижных игр.

Обучающие

- Познакомить детей с подвижными играми, их правилами,
- Дать основы оздоровительно-гигиенических знаний,
- Сформировать представление о здоровом образе жизни;
- Формировать умение следовать правилам безопасного поведения на занятии.

Развивающие

- Развивать координационно-двигательные способности: быстроту и точность движений, выносливость, силу, реакцию;
- Содействовать выработке правильной осанки;
- Формировать коммуникативные и организаторские качества.

Воспитательные

Создавать условия для

- полноценного досуга учащихся;
- воспитания способности сопереживать товарищам при их неудачах, радоваться их успехам;
- воспитания умения управлять собой, своим поведением;
- социальной адаптации гиперактивных детей.

Особенности обучения в текущем учебном году по данной программе.

При реализации программы следует учитывать возраст учащихся и их физиологические особенности детей на этапе окончания младшего школьного звена (9-10 лет):

- дальнейшее физическое и психофизиологическое развитие ребенка, обеспечивающее возможность систематического обучения в школе;
- рефлексия, анализ, внутренний план действий;
- качественно новый уровень развития произвольной регуляции поведения в деятельности;
- развитие нового познавательного отношения к действительности;
- ориентация на группу сверстников своего возраста;
- неустойчивость умственной работоспособности, повышенная утомляемость;
- нервно-психическая ранимость ребенка;
- неспособность к длительному сосредоточению, возбудимость, эмоциональность;
- развитие познавательных потребностей;
- развитие словесно-логического, рассуждающего мышления;
- изменение способности к произвольной регуляции поведения.

Основными задачами для успешного развития ребёнка являются:

- раскрытие индивидуальных способностей и особенностей;
- развитие продуктивных приемов и навыков учебной работы, «умения учиться»;
- формирование мотивов учения, развитие устойчивых познавательных потребностей и интересов;
- развитие навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции;
- становление адекватной самооценки, развитие критичности по отношению к себе и окружающим;
- развитие навыков общения со сверстниками, установление прочных дружеских контактов;
- усвоение социальных норм, нравственное развитие.
- Зная все особенности данного возрастного периода, необходимо быть готовым к их проявлению со стороны детей и при этом осознавать, что сам ребёнок испытывает сложности в данном возрасте, так как уже почти вступил на новый возрастной этап, называемый подростковым.

Формы занятий

Основной формой организации учебно - воспитательного процесса является групповое практическое занятие, в процессе которого учащимся преподносится теоретический материал (правила техники безопасности, игр, санитарно-гигиенические требования к одежде и т.д.). Занятия могут также проводиться в виде тестирования, сдачи контрольных нормативов, соревнования, спортивного праздника.

Формы обучения по программе: очная, в очной форме с применением дистанционных образовательных технологий, электронных средств обучения.
Форма организации деятельности учащихся:

- групповая - организация работы в группе;
- индивидуально-групповая - чередование индивидуальных и групповых форм работы;
- в подгруппах - выполнение заданий малыми группами;
- в парах - организация работы по парам;

Данная программа, а также любой раздел учебно-тематического плана может быть реализован с использованием дистанционных образовательных технологий и электронных средств обучения.

Формы организации деятельности учащихся в условиях временных ограничений, связанных **с** эпидемиологической ситуацией в 2020-2021 учебном году:
-очно с использованием дистанционных технологий, электронных средств обучения (группа учащихся одного класса, возможность деления группы на подгруппы с учащимися одного класса/параллели с соблюдением социальной дистанции в 1,5 м., индивидуальные консультации)

Занятия с использованием дистанционных образовательных технологий и электронных средств обучения могут быть **аудиторными** (в учебном помещении ОУ) и **внеаудиторными.**

Внеаудиторные занятия, так же, как аудиторные, могут проходить под руководством педагога (очно). Внеаудиторные занятия предполагают также самостоятельную деятельность учащегося на заданную педагогом тему (дистанционные самостоятельные занятия).

Цель внеаудиторных дистанционных занятий:
- закрепление, углубление, расширение и систематизация ранее полученных знаний;
- формирование умений и навыков самостоятельного умственного труда;
- развитие самостоятельности мышления;
- мотивирование целенаправленной работы по освоению новых знаний.

В этом случае освоение образовательных программ организуется:
- в режиме реального времени при помощи телекоммуникационных систем (мастер-классы, развивающие занятия, консультации, тренировки и другие активности);

- с использованием возможностей электронного обучения (формирование подборок образовательных, просветительских и развивающих материалов, онлайн-тренажеров, представленных на сайте Министерства просвещения Российской Федерации по адресу https://edu.gov.ru/distance для самостоятельного использования обучающимися)

- с использованием бесплатных интернет-ресурсов, сайтов учреждений спорта, а также организаций, предоставивших доступ к музейным, литературным, архивным фондам;
- ресурсов средств массовой информации (образовательные и научно-популярные передачи, фильмы и интервью на радио и телевидении, в том числе эфиры образовательного телеканала «Моя школа в online»);

При планировании деятельности детского объединения в условиях обучения с применением дистанционных технологий целесообразно составление модульного расписания.

Модуль очного обучения (аудиторные занятия) предполагает объединение недельного количества часов в один или два блока, реализуемый в один или два дня. Пример для 4-х часовой программы: очный модуль - 3 академических часа в один из дней недели с перерывами для проветривания 10 мин. При этом длительность одного учебного часа может варьироваться от 30 до 45 мин. на усмотрение педагога (стандарт безопасности, п. 6.2.). Оставшееся время для группы дорабатывается в дистанционном режиме, когда педагог предлагает детям ряд заданий для самостоятельного выполнения. Такой модуль рекомендуется для групп 1-го года обучения, когда очень важен непосредственный контакт учащихся с педагогом в очном режиме.

Модуль внеаудиторной работы может включать в себя онлайн-занятия, при этом допускается объединение учебных групп вместе в целях эффективного использования педагогических ресурсов при организации обучения с использованием дистанционных образовательных технологий, а также с целью профилактики перегрузки учащихся (Положение об использовании электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных общеобразовательных программ в Государственном бюджетном общеобразовательном учреждении средней общеобразовательной школе № 323Невского района Санкт-Петербурга, п.3.1.1.)

Требования к учащемуся:
- в точно поставленные временные рамки приступить к заданию. Сообщить педагогу о каких-либо трудностях;
- сделать задание в срок и отправить педагогу – получить оценку – обсудить ее.

Требования к родителям:
- контролировать ребенка по времени (соблюдение расписания занятий, исключение перегрузок);
- проверять задания, которые отправил педагог (на понимание);

участвовать в обратной связи с педагогом при получении рекомендаций по оцениванию выполнения работы ребенка.

Занятия с использованием электронных устройств должно строго регламентироваться как по длительности, так и по их количеству в соответствии с возрастными возможностями детей и требованиями Сан-Пин.

Содержание программы 3-го года обучения

1.Вводное занятие (2ч)

Теория: Введение в программу. Инструктаж по Т.Б. и правилам поведения на занятиях подвижными играми..

Практика: Собеседование. Игры на повторение и организацию коллектива.

2. Теоретическая подготовка (5ч)

Теория:

- Инструктаж по Т.Б.и правила поведения на занятиях подвижными и спортивными играми.
- Режим дня. Факторы влияющие на здоровье человека
- Влияние физических упражнений на развитие человека..
- Содержание и правила 10-12 подвижных игр.
- Влияние вредных привычек на здоровье человека. *
- Природно – биологические факторы здоровья, климата, поды, окружающей среды и другие.

3. Строевые упражнения (3ч)

4. Подвижные игры (128 ч)

5. Контрольно-переводные нормативы (4ч)

6. Итоговое занятие (2ч)

Подвижные игры

«Угадай кто», «Запретные движения», «Группа смирно», «Ловля парами», «Смена мест», «Удочка», «Тяни в круг»,«К своим флажкам», «Защита укрепления, «Салки простые», «Салки – дай руку», «Заяц без логова», «Пустое место»,«Мяч соседу», «Не давай мяч водящему», «Точный расчет», «Белые медведи», «Футбольная лапта», «Ножной мяч в кругу», «Летучий мяч», «Передал – садись» ,«Кто дальше бросит», «К флажку», «Метко в цель», «Погоня за лисицами», Эстафета «кто первый», «Маскировка в колонах», «Гонки мячей» (разные варианты), «Борьба за мяч», «Бой петухов», «Пятнашки», «Встречная эстафета» «Эстафета с флажками», «Два лагеря», «День и ночь», «Попади в обруч», «Вызов», «Охотники и утки», «Круговая лапта», «Скакуны» , «Мяч ловцу», «Борьба за мяч», «Перестрелка», «Русская лапта», «Пионербол», «Эстафеты с элементами волейбола, баскетбола, футбола».

Ожидаемые результаты освоения программы

Личностные

В результате освоения программы у детей будут сформированы такие качества, как

- умение управлять собой, своим поведением;
- соблюдать правила игры, следить за соблюдением правил товарищами;
- сопереживать товарищам при их неудачах, радоваться их успехам.

Предметные результаты

Учащиеся будут знать:

- правила поведения и Т.Б. не занятиях по подвижными и спортивными играми;

- содержание и правила 10-12 новых игр;
- влияние физических упражнений на развитие человека;
- режим дня для здорового образа жизни;
- природно – биологические факторы здоровья, климата, погоды, окружающей среды и другие;
- история появления и развития волейбола, баскетбола, футбола, легкой атлетики.

Научатся

- выполнять строевые упражнения (построения, перестроения)
- бегать, прыгать, лазать, выполнять различные виды стартов ,метать, владеть элементами волейбола, баскетбола, футбола:
- ориентироваться в пространстве спортивного зала.

Метапредметные результаты

У детей будут сформированы универсальные учебные действия (УУД)

Регулятивные УУД: будут уметь

- определять и формулировать цели деятельности; проговаривать последовательность действий;
- работать по предложенному плану;
- давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятии.

Познавательные УУД: сформируют умение делать выводы в результате совместной работы группы.

Коммуникативные УУД: будут уметь

- слушать и понимать речь педагога;
- объяснять правила игры;
- совместно договариваться о правилах игры и поведения во время занятия и следовать им;
- выполнять различные роли в группе (ведущего, члена команды, критика).

Формы выявления результатов:

Опрос

- Выполнение заданий
- Педагогическое наблюдение
- Самоанализ
- Коллективное обсуждение работы
- Сдача нормативов
- Соревнование
- Эстафета

Формы фиксации и предъявления результатов:

- Карта педагогического наблюдения
- Протокол сдачи нормативов

Промежуточная и итоговая аттестация при организации образовательного процесса с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

Промежуточная аттестация обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий проводится как оценка результатов обучения за определённый промежуток учебного времени – полугодие, год. Обучающиеся, освоившие дополнительную общеобразовательную программу текущего года обучения, переводятся в группу последующего года обучения.

Итоговая аттестация обучающихся при освоении дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий представляет собой форму оценки степени и уровня освоения обучающимися всего курса обучения по дополнительной образовательной программе. Форму итоговой аттестации определяет педагог с учетом контингента учащихся, содержания учебного материала, используемых им образовательных технологий и др. Учащиеся, освоившие дополнительную общеобразовательную программу, отчисляются по завершению программы обучения.

Формы промежуточной аттестации и текущего контроля при организации образовательного процесса с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

Для контроля и оценки результатов обучения, подтверждения факта проведения занятия рекомендуется использовать следующие способы дистанционного взаимодействия:

- регистрация учащегося на электронном ресурсе (при возможности);
- выполнение учащимися контрольных и тестовых заданий, предъявленных педагогу в электронном виде;
- выполнение учащимися небольших по объему творческих, проектных заданий, в том числе предполагающих коллективные формы взаимодействия через ресурсы сети Интернет, предъявленных педагогу дистанционно.

При реализации программы с применением дистанционных образовательных технологий необходимость и формы промежуточной аттестации и текущего контроля определяются педагогом.

Педагог может рекомендовать учащимся различные формы добровольной самодиагностики приобретаемых знаний и компетенций для зачета в качестве результатов освоения образовательной программы.(дневник занятий, фото- и видеоотчет, тестирование и анкетирование, выполнение исследовательских, проектных или творческих работ, участие в конкурсах).

Данная образовательная программа может реализовываться в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Таким образом, возможно перераспределение объема часов по программе на летний каникулярный период.

Календарно-тематический план

№ п/п	Дата проведения занятия (по плану)	Дата проведения занятия (факт)	Тема занятия, содержание	Кол-во часов	Задачи. Форма контроля.
1	2	3	4	5	7
1	1.09пн-5.09сб		**Вводное занятии** *Теория:*. Введение в	2	*Задачи:* Решение организационных вопросов. Выявление двигательных и

			программу. Техника безопасности во время занятий. Гигиена одежды, тела. *Практика:* Строевые упражнения. П.игры – «Запрещенные движения», «Удочка».		ориентировочных способностей учащихся. *Контроль:* Запись в журнал сведений о прохождении инструктажа по технике безопасности во время занятий. Педагогическое наблюдение.
2	1.09пн-5.09сб		Строевые упражнения. Контрольные нормативы. Игры-Защита укрепления»	2	
3	7.09пн-11.09сб		Строевые упражнения. Игры: «Падающая палка», «Летучий мяч».	2	
4	7.09пн-11.09сб		*Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Вызов номеров», эстафеты с предметами.	2	*Задачи:* , развитие скоростно-силовых способностей, ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение
5	14.09пн-19.09сб		Подвижные игры «Запрещенное движение», «Защита товарища», «Летучий мяч»	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование метания на дальность и точность, развитие скоростно-силовых способностей. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
6	14.09пн-19.09сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Не давай мяч водящему», «Перестрелка»	2	*Задачи:* Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачи, ведения мяча, удара мяча ногой. *Контроль:* Эстафета
7	21.09пн-26.09сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Переда– садись», «Встречная эстафета»	2	
8	21.09пн-26.09сб		Подвижные игры *Теория:* Влияние физических упражнений на развитие человека. *Практика : эстафеты с мячами . П.и. –«День и ночь», «Бой петухов*	2	
9	28.09пн-3.10сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Эстафета с флажками», П.и. - «День и ночь»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение

			«Охотники и утки»		
10	28.09пн-3.10сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Вызов номеров», «Охотники и утки »	2	
11	5.10пн-10.10сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Бой петухов», «Салки простые»,	2	
12	5.10пн-10.10сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Перестрелка», Эстафеты с бегом и прыжками.	2	*Задачи:* Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачи, совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
13	12.10пн-17.10сб		Подвижные игры *Практика:* эстафеты с мячами. П.и.-«Мяч ловцу» , «Перестрелка»	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствования держания, ловли, передачи, броска мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
14	12.10пн-17.10сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Летучий мяч», «Не давай мяч водящему»,	2	
15	19.10пн-24.10сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Вызов номеров», Эстафета «Кто первый»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве. *Контроль:* Эстафета
16	19.10пн-24.10сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика: «Не давай мяча водящему», «Охотники и утки»*	2	*Задачи:* Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачи. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
17	26.10пн 31.10сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика: «Не давай мяча водящему», «Перестрелка»*	2	*Задачи:* Выявление уровня развития двигательных навыков *Контроль:* сдача нормативов
18	26.10пн 31.10сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Пятнашки на время», «Скакуны»	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение
19	2.11пн – 7.11сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование метания на дальность и точность, развитие

			и правила подвижных игр *Практика:* «Защитники и крепости», «Летучий мяч»		скоростно-силовых способностей. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
20	2.11пн – 7.11сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Защитники и крепость», «Перестрелка»	2	*Задачи:* Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачи. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
21	9.11пн-14.11сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Удочка», «День и ночь»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, метании развитие скоростно-силовых способностей, ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение
22	9.11пн-14.11сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* Эстафеты сбегом и прыжками. П.и. «Кто дальше бросит», «Охотники и утки».	2	
23	16.11пн-21.11сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Круговая лапта», , «Мяч в корзину» Эстафеты с мячами.	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствования держания, ловли, передачи, броска мяча *Контроль:* Педагогическое наблюдение
24	16.11пн-21.11сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* Эстафета «Кто первый», «Салки на время»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей. *Контроль:* Эстафета
25	23.11пн-28.11сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Не давай мяч водящему», «Перестрелка»	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствования держания, ловли, передачи, броска мяча. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
26	23.11пн-28.11сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Передал– садись», «Встречная эстафета»	2	
27	30.11пн-5.12сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Перестрелка», эстафеты.	2	
28	30.11пн-5.12сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание	2	*Задачи:* Закрепление развитие скоростно-силовых способностей, ориентироваться в

			и правила подвижных игр *Практика:* Теория ,«День и ночь», «Угадай, кто»,		пространстве. *Контроль:* Опрос на знание правил игры
29	7.12пн-12.12сб		Подвижные игры «*Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* Футбольная лапта», «Охотники и утки»	2	
30	7.12пн-12.12сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Перестрелка», «Передал- садись»,	2	*Задачи:* Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачи, совершенствование навыка бега *Контроль:* Педагогическое наблюдение
31	14.12пн-19.12сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Пустое место», «День и ночь»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение
32	14.12пн-19.12сб		Подвижные игры *Теория:* Режим дня спортсмена (в каникулы) *Практика:* «Падающая палка», «Бой петухов»,	2	
33	21.12пн-26.12ср		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Подвижная цель», «Ножной мяч в кругу» Эстафеты.	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствования держания, ловли, передачи, броска мяча на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
34	21.12чт-26.12сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Летучий мяч», «Не давай мяч водящему»,	2	
35	11.01вт-16.01сб		Подвижные игры *Теория:* инструктаж по технике безопасности во время занятий *Практика*: Встречные эстафеты..П.и. – «Летящий мяч»	2	
36	11.01вт-16.01сб		**Подвижные игры** *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Круговая лапта», «Мяч в корзину»	2	
37	18.01пн-23.01сб		**Контрольно-переводные нормативы** *Практика:* Сдача	2	*Задачи:* выявить уровень двигательных навыков (см. Приложение 2) *Контроль:* Сдача нормативов

			контрольных нормативов. П.и. по выбору детей.		
38	18.01пн-23.01сб		Подвижные игры *Теория:* . Содержание и правила подвижных игр *Практика:* П.и. «Играй, играй мяч не теряй», «Встречная эстафета»	2	*Задачи:* Закрепление развитие скоростно-силовых способностей, ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение
39	25.01пн-30.01сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Круговая лапта»», «Мяч в корзину»	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствования держания, ловли, передачи, броска мяча. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
40	25.01пн-30.01сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Салки», «Защита укрепления»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве *Контроль:* Эстафета
41	1.02пн-6.02сб		Подвижные игры «*Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* Вызов номеров», Эстафета «кто первый»,	2	
42	1.02пн-6.02сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «К своим флажкам», «Перестрелка».	2	
43	8.02пн-13.02сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Гонка мячей» (различные варианты) Эстафеты.	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствования держания, ловли, передачи, броска мяча. *Контроль:* Опрос на знание правил игр
44	8.02пн-13.02сб		**Подвижные игры** *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Русская лапта», «Перестрелка»	2	
45	15.02пн-20.02сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Русская лапта», «Кто дальше бросит»	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, метании развитие скоростно-силовых способностей, ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение
46	15.02пн-20.02сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Удочка», «Русская лапта»	2	
47	22.02пн-27.02сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание	2	*Задачи:* Совершенствования держания, ловли, передачи, броска мяча и

			и правила подвижных игр *Практика:* «Перестрелка» Эстафеты.		совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
48	22.02пн-27.02сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Вызов номеров», «Удочка»	2	*Задачи:* Развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение
49	1.03пн-6.03сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Защита укрепления», «Пятнашки на время»	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение
50	1.03пн-6.03сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Удочка», «Мяч в корзину» Встречные эстафеты.	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствования броска мяча, навыков в прыжках. *Контроль:* соревнование
51	9.03вт-13.03сб		**Подвижные игры** Теор*ия:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* Эстафета «Кто первый», «Салки на время»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
52	9.03вт-13.03сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Футбольная лапта» «Перестрелка»	2	
53	15.03пн-20.03сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Пионербол» Эстафета с флажками»,	2	
54	15.03пн-20.03пт		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Падающая палка», «Пионербол»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение
55	22.03пн-27.03пт		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Два лагеря»« Летучий мяч»,	2	*Задачи:* Совершенствование навыка бега, держания, ловли, передачи, броска мяча. *Контроль:* Педагогическое наблюдение, эстафета
56	22.04пн-27.03сб		**Подвижные игры** *Теория:* Содержание и правила подвижных	2	

			игр *Практика:* Эстафета «кто первый», «Салки на время»,		
57	29.03пн-3.04сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Круговая лапта», «Попади в кольцо»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствования броска мяча. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
58	29.03пн-3.04сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Перестрелка», «День и ночь»,	2	*Задачи:* Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачи мяча, совершенствование навыка бега
59	5.04пн-10.04сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Встречная эстафета» «Перемена мест»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
60	5.04пн-10.04сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* Встречные эстафеты .П.и.«Пятнашки с мячом».	2	
61	12.04пн-17.04сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Пионербол»	2	*Задачи:* Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передачи мяча *Контроль:* Педагогическое наблюдение
62	12.04пн-17.04сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Пустое место», «День и ночь»,	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве *Контроль:* Педагогическое наблюдение
63	19.04пн-24.04сб		Подвижные игры Т*еория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Гонка мячей» (различные варианты) Эстафеты.	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствования держания, ловли, передачи, броска мяча. *Контроль:* Педагогическое наблюдение
64	19.04пн-24.05сб		**Подвижные игры** *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Футбольная лапта»,» «Пятнашки на время»	2	
65	26.04пн-30.04пт		**Контрольно-переводные нормативы** *Практика:* Сдача контрольных нормативов (итоговый контроль)	2	*Задачи:* Выявление уровня развития двигательных и силовых навыков (см Приложение 2) *Итоговый контроль*: сдача переводных нормативов.

66	26.04пн-30.04пт		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Не давай мяч водящему» Эстафеты с предметами.	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствования держания, ловли, передачи, броска мяча. *Контроль:* рефлексия
67	3.05пн-8.05сб		Подвижные игры *Теория:* Содержание и правила подвижных игр *Практика:* «Салки на время», «Вызов номеров»	2	*Задачи:* Закрепление и совершенствование навыка бега, развитие скоростных способностей, способностей ориентироваться в пространстве *Контроль:* самоанализ
68	3.05пн-8.05сб		Подвижные игры Встречные эстафеты. «Русская лапта»	2	*Задачи:* Закрепление материала *Контроль:* Рефлексия, самоанализ
69	10.05пн-15.05пт		**Итоговое занятие**	2	
70			Резервное занятие	2	
71			Резервное занятие	2	*Задачи:* Повторение пройденного материала
72			Резервное занятие	2	

Список литературы:

Литература в адрес педагогов:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы / Для учителей общеобразовательных учреждений // 7 издание. Москва Просвещение 2010 г.// авт. Доктор пед. наук В.И. Лях, канд. пед. наук А.А. Зданевич
2. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся:1 – 11 классы / В.И. Лях, А.А.Зданевич // Физкультура в школе. -2004. -№1
3. Настольная книга учителя физической культуры / авт.- сост. Г.И. Погадаев; под ред. Л.Б.Кофмана.-М: Физкультура и спорт,
4. Настольная книга учителя физической культуры: справ.- метод. Пособие/ сост. Б.И. Мишин. – М.: ООО «Изд- во Астрель»
5. Каинов А.Н. Методические рекомендации при планировании прохождения материала по физической культуре в общеобразовательных учреждениях. – Волгоград: ВГАФК
6. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. – М.: ФиС, 2000.
7. Петров В.К. Сила нужна всем. – М.: ФиС,1977.
8. Подвижные и спортивные игры с мячом. П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – М.; Планета, 2015. – 224стр.
9. Бриедис А.А., Коротков И.М. Подвижные игры. – М.: ФиС, 1982.
10. Геллер Е.М. Спортивные развлечения и игры. – Мн., Беларусь, 1971.
11. Гриженя В.Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и школе; Учебно-методическое пособие – М…: Советский спорт. 2005 - 40 с.
12. Фёдорова Н.А. Физическая культура: подвижные игры. ФГОС / Н.А. Фёдорова – М.; Издательство «Экзамен», 2016 – 63 с.

Литература в адрес учащихся:

1. Гамза Н.А., Разживин А.И., Миронов В.М. и др. Подружитесь с физкультурой. – Мн.: Полымя, 1985.

Перечень электронных образовательных ресурсов.

1. http://www.minsport.gov.ru/
2. http://spo.1september.ru/urok/
3. http://www.uchportal.ru/
4. http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/
5. http://www.fizkult-ura.ru/
6. http://fizkultura-na5.ru/

Приложение

Контрольные нормативы и испытания
по физической культуре для учащихся начальной школы
7-11 лет

Контрольные нормативы и испытания по физической культуре для начальной школы, составлены на основе Примерной программы общего образования и в соответствии с Комплексной программой физического воспитания учащихся (авторы – В.И.лях, А.А.Зданевич 2010 г.), и программы Образовательных учреждений Физическая культура Начальные классы 1- 4 классы (автор А.П.Матвеев 2010 г.) С целью контроля уровня физической подготовленности учащихся на разных этапах обучения. Контрольные испытания рекомендуется проводить в начале и в конце учебного года 1-й год обучения) и в конце 2-го и 3-го года обучения с целью выявления динамики физического развития учащихся и более правильного распределения нагрузки на занятиях..

Контрольные нормативы и испытания по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств

(3 –й год обучения по программе – сентябрь, май)

№ п/п	Нормативы; испытания.	Мальчики/ девочки	Оценка уровня развития навыков, умений, двигательных качеств		
			Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1	Челночный бег 3х10 м (сек.)	м	.8.8	9.9	10.2
		д	9.3	10.3	10.8
2	Прыжок в длину с места (см)	м	155	125	110
		д	150	110	90
3	Выносливость 6 мин. бег	м	1200	850	800
		д	950	650	550
4	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	м	+	+	+
		д	+	+	+
5	Гибкость наклон вперёд из положения сидя	д	9+	3	1-
		д	12.5+	9	2-
6	Приседания (кол-во раз/мин)	м	+	+	+
		д	+	+	+

7	Многоскоки- 8 прыжков м.	м			
		д			

+ - без учёта

Динамика изменений результатов на 2-3 годах обучения выявляется в сравнении с предыдущими результатами учащегося.