

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«Центр спорта и образования «Самбо-70»
Департамента спорта города Москвы
(ГБОУ «ЦСиО «Самбо-70» Москомспорта)**

«СОГЛАСОВАНО»

Руководитель кафедры
Сейтаблаева М.А./

Протокол №1
от «28» августа 2023г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Протокол №1
заседание педсовета
ГБОУ «ЦСиО «Самбо-70»
Москомспорта
«28» августа 2023 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказ № 665
от «01» сентября 2023г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Подвижные и спортивные игры: «Движение есть жизнь»**

СОСТАВИТЕЛИ:

Комаров Егор Владимирович, учитель,
Ялунин Тимур Михайлович, учитель

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ

на период 4 года

КЛАССЫ

1-4 классы

Москва
2023

Пояснительная записка

Изучение курса «Подвижные и спортивные игры «Движение есть жизнь» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Основной **целью** школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы курса соотносится с решением следующих **задач**:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Общее число часов, отведённых на изучение курса, составляет 135 ч (один час в неделю в каждом классе): 1класс— 33 ч; 2класс— 34ч; 3класс— 34ч; 4класс— 34ч.

Содержание курса

Содержание курса задается в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта.

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Подвижные и спортивные игры».

В содержание программы курса «Подвижные и спортивные игры «Движение есть жизнь» также входят общеразвивающие упражнения. Предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей, обучающихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

В результате освоения предметного содержания курса «Подвижные и спортивные игры «Движение есть жизнь» у обучающихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Подвижные и спортивные игры «Движение есть жизнь» на уровне начального общего образования

В результате изучения курса «Подвижные и спортивные игры «Движение есть жизнь» в начальной школе у обучающегося будут сформированы:

личностные результаты:

гражданско-патриотического воспитания:

- осознание себя членом общества и государства, самоопределение своей российской гражданской идентичности, чувство любви к своей стране, выражающееся в интересе к ее истории и культуре,
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- уважение к своему и другим народам;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений;

духовно-нравственного воспитания:

- осознание своей этнической и культурной принадлежности в контексте единого и целостного отечества при всем разнообразии культур, национальностей, религий России;
- уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов России;
- признание индивидуальности каждого человека с опорой на собственный жизненный опыт;
- проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям);
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций во время подвижных игр.

эстетического воспитания:

- уважительное отношение и интерес к культуре, восприимчивость к традициям и творчеству своего и других народов;
- уважение к людям других национальностей, вероисповедания, культуры на основе понимания и принятия базовых общечеловеческих ценностей.

физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- способность к адекватной самооценке с опорой на знание основных моральных норм, требующих для своего выполнения развития самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной) при поиске дополнительной информации;
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью, проявляющееся в выборе приемлемых способов речевого самовыражения и соблюдении норм речевого этикета и правил общения;
- осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства;
- ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению подвижных игр;
- ответственное отношение к подвижным играм;
- установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при подвижных играх.

трудового воспитания:

- осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

экологического воспитания:

- экологически целесообразное отношение к природе;
- внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях;
- осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.
- бережное отношение к природе;
- неприятие действий, приносящих ей вред.

ценности научного познания:

- осознание ценности познания, проявление познавательного интереса, активности, инициативности, любознательности и самостоятельности в обогащении своих знаний, в том числе с использованием различных информационных средств;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- развитие мотивов учебной деятельности;
- стремление узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
- способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека
- заинтересованность в научных знаниях о человеке;
- формирование познавательной и информационной культуры, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;
- формирование интереса к обучению и познанию подвижных игр, развитие любознательности, готовности и способности к самообразованию,

исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

Метапредметные результаты:

В результате изучения курса **«Подвижные и спортивные игры «Движение есть жизнь»** у обучающегося будут сформированы следующие **познавательные универсальные учебные действия**.

Базовые логические действия:

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях информационных объектов, процессов и явлений действительности;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

Начальные исследовательские действия:

- формулировать цель занятия и его этапов;
- сравнивать несколько вариантов выполнения задания, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);

Работа с информацией:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения подвижных игр с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
- использовать знаково-символические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные) для решения задач;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;
- основам смыслового восприятия художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из сообщений разных видов (в первую очередь текстов);
- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;

- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалоги и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументированно высказывать своё мнение;
- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;
- готовить небольшие публичные выступления о результатах парной и групповой работы, о результатах наблюдения, выполненного мини-исследования, проектного задания;
- высказывать мнение о положительном влиянии подвижных игр, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время участия в подвижных играх, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя.

Совместная деятельность:

- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться, самостоятельно разрешать конфликты;
- ответственно выполнять свою часть работы;
- оценивать свой вклад в общий результат;

Регулятивные универсальные учебные действия

Саморегуляция:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения.
- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;

- выполнять учебные задания по обучению новым подвижным играм и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

Самоконтроль:

- устанавливать причины успеха/неудач во время участия в подвижных играх;
- сравнивать результаты своей деятельности и деятельности одноклассников, объективно оценивать их по предложенным критериям.

Предметные результаты освоения программы (1-2 год обучения).

Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):

- основы правил техники безопасности при занятиях физическими упражнениями;
- правила проведения простейших игр, эстафет;
- основы ЗОЖ;
- правила поведения во время игр.

Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарем

Предметные результаты освоения программы (3 год обучения).

Знания о физической культуре:

Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):

- правила техники безопасности при проведении занятий
- правила проведения игр, эстафет и праздников;
- основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- основы правильного питания;

Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- оценивать правильность выполнения двигательных действий;
- активно включаться в процесс выполнения заданий в играх;
- организовывать и проводить самостоятельные формы занятий;

Предметные результаты освоения программы (4 год обучения).

Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):

- правила техники безопасности при проведении занятий
- правила проведения игр, эстафет и праздников;
- основные факторы, влияющие на здоровье человека;
- основы правильного питания;

Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;
- оценивать правильность выполнения двигательных действий;
- активно включаться в процесс выполнения заданий в играх;
- организовывать и проводить самостоятельные формы занятий;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Тематическое планирование 1 класс

№ п/п	Раздел/тема	Кол-во часов, отводимых на изучение раздел/темы	Формы проведения занятий	ЭОР/ЦОР	Форма реализации воспитательного потенциала темы	Форма контроля
1.	Легкая атлетика	11	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> - Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i> - Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа. <i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i> - Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - изучение техники метания малого мяча в вертикальную цель; - самостоятельное выполнение прыжка в длину с места. - Бережное отношение к физическому и психическому здоровью: - соблюдение техники безопасности при выполнении упражнений. <i>Трудовое воспитание</i>	Беседа
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/start/169082/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/43254/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/		Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5741/start/189331/		Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2427688/view		Демонстрация техники упражнения

			Эстафета		- Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - выполнение упражнений. <i>Ценности научного познания</i> - Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой.	Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2429199/view		Демонстрация техники упражнения
2.	Футбол	5	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/start/223842/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> - Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i> - Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа <i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i> - Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - обучение технике ведения мяча в шаге; - знакомство с правилами игры; - освоение удара по неподвижному мячу; - изучение удара «щёчкой»;	Беседа
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5728/start/189645/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4234/start/223863/		Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5748/start/190417/		Демонстрация техники упражнения

					- изучение техники остановки мяча в футболе; - изучение передачи мяча в тройке. <i>Трудовое воспитание</i> • Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - выполнение упражнений; - совершенствование техники ведения мяча; - развитие силы; - способствовать развитию физических качеств в эстафете; - ведение мяча. <i>Ценности научного познания</i> • Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой	
3.	Баскетбол	5	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/189685/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> • Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i> • Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа	Беседа
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/326480/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4235/start/189725/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5749/start/189745/		Демонстрация техники упражнения

			Эстафета	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4132/start/223883/	<i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i> - Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - обучение перемещениям; - изучение ловли и передачи мяча; - изучение правил игры. <i>Трудовое воспитание</i> - Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - выполнение упражнений; - перемещение в игре; - взаимодействие парой и тройкой; - обведение препятствий; - выполнение упражнений мячом; - ведение мяча в колоннах. <i>Ценности научного познания</i> - Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой	Демонстрация техники упражнения
4.	Подвижные игры	12	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/326644/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-	Беседа
			Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/		Демонстрация техники упражнения

			Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/326520/	этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i> • Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа <i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i> • Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - изучение возникновения подвижных игр; - усвоение техники безопасности при игре; - получение начальных знаний о подвижных играх; - научиться играть в подвижные игры. <i>Трудовое воспитание</i> • Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - соблюдение и объяснение правила игры; - взаимодействие со сверстниками; - соблюдение правил игры. <i>Ценности научного познания</i> • Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой	Демонстрация техники упражнения
			Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/		Демонстрация техники упражнения
			Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/		Демонстрация техники упражнения
			Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/		Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662/		Демонстрация техники упражнения
			Игра	https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2428155?menuReferrer=catalogue&class_level_ids=1&subject_program_ids=31937326&aliases=lesson_template&page=3		Демонстрация техники упражнения
			Игра			Демонстрация техники упражнения
			Игра	https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2280320?menuReferrer=catalogue&class_level_ids=1&subject_program_ids=31937326&aliases=lesson_template&page=4		Демонстрация техники упражнения
			Игра			Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2251702?menuReferrer=catalogue&class_level_ids=1&subject_program_ids=31937326&aliases=lesson_template&page=4		Демонстрация техники упражнения

			bject_program_ids=31937326&aliases=lesson_template&page=5		
--	--	--	--	--	--

Тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Раздел/тема	Кол-во часов, отводимых на изучение раздел/темы	Формы проведения занятий	ЭОР/ЦОР	Форма реализации воспитательного потенциала темы	Форма контроля
1.	Легкая атлетика	5	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> - Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i> - Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа. <i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i> - Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - обучение упражнениям с мешочками (малым мячом); - разучивание разминки с мешочком (малым мячом); - разучивание техники выполнения прыжка в длину с места; - обучение метанию мяча;	Беседа
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/190875/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/		Демонстрация техники упражнения

					- освоение техники метания мяча; - изучение упражнения на выносливость. • Бережное отношение к физическому и психическому здоровью: - соблюдение техники безопасности при выполнении упражнений. <i>Трудовое воспитание</i> • Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - выполнение бега с изменением темпа; - выполнение упражнения, направленные на развитие координации движений; - подготовительная разминка перед метанием; - упражнения для развития быстроты. <i>Ценности научного познания</i> • Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой.	
2.	Гимнастика	5	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/191551/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> • Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i>	Беседа
			Выполнение упражнений	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений	https://uchebnik.mos.ru/material/view/lesson_templates/983507?menuReferrer=catalog		Демонстрация техники упражнения

			Эстафета	gue&class_level_ids=2&subject_program_ids=31937326&aliases=lesson_template&search=игры%20с%20элементами%20гимнастики	• Проявление соперничества, уважения и доброжелательности: - беседа. <i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i>	Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://uchebnik.mos.ru/material/view/lesson_templates/2043801?menuReferrer=catalogue&class_level_ids=2&subject_program_ids=31937326&search=подвижные%20игры%20с%20элементами%20гимнастики	• Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - изучение упражнений со скакалкой; - обучение упражнениям с собственным весом. • Бережное отношение к физическому и психическому здоровью: - соблюдение техники безопасности при выполнении упражнений. <i>Трудовое воспитание</i> • Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - выполнение упражнений со скакалкой; - разминка с обручем; - усвоение техники выполнения упражнений «Отжимания» и «Подъём корпуса». <i>Ценности научного познания</i> • Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой.	Демонстрация техники упражнения

3.	Футбол	5	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/start/191717/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> - Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i> - Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа <i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i> - Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - изучение техники игры в футбол, истоков её возникновения; - усвоение техники ведения мяча; - изучение правил безопасности при выполнении упражнений; - изучение техники остановки мяча внутренней стороной стопы. <i>Трудовое воспитание</i> - Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - выполнение техники с мячом и без мяча; - выполнение упражнений, направленных на освоение приёмов техники футбола;	Беседа
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3592/start/224007/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4825/start/224033/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3602/start/191827/		Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6170/start/224059/		Демонстрация техники упражнения

					- демонстрация ведения мяча; - ведение и остановка мяча внутренней частью стопы в игре в футбол. <i>Ценности научного познания</i> • Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой	
4.	Баскетбол	5	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/224117/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> • Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i> • Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа <i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i> • Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - изучение правильного передвижения; - изучение элементов разминки; - развитие правильной техники передвижения; - изучение техники ловли и передачи мяча. <i>Трудовое воспитание</i> • Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление	Беседа
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4288/start/192054/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/start/192081/		Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6162/start/192170/		Демонстрация техники упражнения

					и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - ведение, ловля и передача мяча; - обведение конусов слева и справа; - ведение на месте и в движении. <i>Ценности научного познания</i> • Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой	
5.	Волейбол	5	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3511/start/192229/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i>	Беседа
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3931/start/192285/	• Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений:	Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4133/start/192374/	- беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i> • Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности:	Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/start/192431/	- беседа <i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i>	Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6163/start/192583/	• Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - изучение правил и техники безопасности; - изучение игровых приёмов и стойку игрока. <i>Трудовое воспитание</i>	Демонстрация техники упражнения

					- Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - разучивание перемещения приставным шагом; - передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; - выполнение технических приёмов игры в пионербол. Ценности научного познания - Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой	
6.	Подвижные игры	9	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/	Гражданско-патриотическое воспитание - Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. Духовно-нравственное воспитание - Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия - Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной):	Беседа
			Игра			Демонстрация техники упражнения
			Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/		Демонстрация техники упражнения
			Игра			Демонстрация техники упражнения
			Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/		Демонстрация техники упражнения
			Игра			Демонстрация техники упражнения

			Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/start/224144/	- изучение возникновения подвижных игр; - усвоение техники безопасности при игре; - получение начальных знаний о подвижных играх; - научиться играть в подвижные игры. <i>Трудовое воспитание</i>	Демонстрация техники упражнения
			Игра			Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2251702?menuReferrer=catalogue&class_level_ids=1&subject_program_ids=31937326&aliases=lesson_template&page=5	• Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - соблюдение и объяснение правила игры; - взаимодействие со сверстниками; - соблюдение правил игры. <i>Ценности научного познания</i> • Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой	Демонстрация техники упражнения

Тематическое планирование 3-4 класс

№ п/п	Раздел/тема	Кол-во часов, отводимых на изучение раздел/темы	Формы проведения занятий	ЭОР/ЦОР	Форма реализации воспитательного потенциала темы	Форма контроля
1.	Легкая атлетика	8	Инструктаж по технике безопасности	https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1904353?menuReferrer=catalogue&class_level_ids=3&subject_program_ids=31937326&aliases=lesson_template&search=подвижные%20игры%20с%20элементами%20легкой%20атлетики	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> • Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i>	Беседа
			Выполнение упражнений Игра			Демонстрация техники упражнения

[illegible]

					участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - выполнение упражнений со скакалкой; - разминка с обручем; - усвоение техники выполнения упражнений «Отжимания» и «Подъём корпуса». <i>Ценности научного познания</i> • Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой.	
3.	Футбол	5	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/start/197401/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> • Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i> • Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа <i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i> • Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - изучение техники игры в футбол, истоков её возникновения; - усвоение техники ведения мяча; - изучение правил безопасности при выполнении упражнений;	Беседа
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6110/start/194287/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5136/start/194376/		Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4511/start/194402/		Демонстрация техники упражнения

					- изучение техники остановки мяча внутренней стороной стопы. <i>Трудовое воспитание</i> - Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - выполнение техники с мячом и без мяча; - выполнение упражнений, направленных на освоение приёмов техники футбола; - демонстрация ведения мяча; - ведение и остановка мяча внутренней частью стопы в игре в футбол. <i>Ценности научного познания</i> - Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой	
4.	Баскетбол	7	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/start/224225/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> - Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i> - Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа	Беседа
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/start/193670/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4464/start/193696/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4465/start/224286/		Демонстрация техники упражнения

			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4429/start/193842/	<i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i> • Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - изучение правильного передвижения; - изучение элементов разминки; - развитие правильной техники передвижения; - изучение техники ловли и передачи мяча. <i>Трудовое воспитание</i> • Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - ведение, ловля и передача мяча; - обведение конусов слева и справа; - ведение на месте и в движении. <i>Ценности научного познания</i> • Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой	Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/		Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3572/start/193991/		Демонстрация техники упражнения
5.	Волейбол	7	Инструктаж по технике безопасности	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/start/194017/	<i>Гражданско-патриотическое воспитание</i> • Первоначальное представление о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений: - беседа. <i>Духовно-нравственное воспитание</i>	Беседа
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6165/start/194074/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4432/start/194100/		Демонстрация техники упражнения

			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/start/194126/	• Проявление сопереживания, уважения и доброжелательности: - беседа <i>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</i> • Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной): - изучение правил и техники безопасности; - изучение игровых приёмов и стойку игрока. <i>Трудовое воспитание</i> • Осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навык участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям: - разучивание перемещения приставным шагом; - передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; - выполнение технических приёмов игры в пионербол. <i>Ценности научного познания</i> • Познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании: - работа с литературой.	Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6183/start/194152/		Демонстрация техники упражнения
			Выполнение упражнений Игра	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/start/194178/		Демонстрация техники упражнения
			Эстафета	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6184/start/194204/		Демонстрация техники упражнения