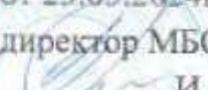


Комитет образования города Курска

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей № 21»

ПРИНЯТО  
решением  
педагогического совета  
МБОУ «Лицей № 21»  
протокол от 23.05.2024г. №10

УТВЕРЖДЕНО  
приказом по МБОУ «Лицей № 21»  
от 23.05.2024г. № 336  
директор МБОУ «Лицей № 21»  
 И.А. Первенкова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»**

Уровень сложности: стартовый  
Возраст обучающихся: 8-10 лет  
Срок реализации: 1 год

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Уварова Е.С.

Курск, 2024

## Оглавление

|                                                                  |           |
|------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. «Комплекс основных характеристик программы».....</b>       | <b>3</b>  |
| <b>1.1 Пояснительная записка.....</b>                            | <b>3</b>  |
| <b>1.2 Цель программы.....</b>                                   | <b>5</b>  |
| <b>1.3 Задачи программы.....</b>                                 | <b>5</b>  |
| <b>1.4 Планируемые результаты.....</b>                           | <b>6</b>  |
| <b>1.5 Содержание программы.....</b>                             | <b>7</b>  |
| <b>2. «Комплекс организационно – педагогических условий»....</b> | <b>12</b> |
| <b>2.1 Календарно-учебный график.....</b>                        | <b>12</b> |
| <b>2.2 Оценочные материалы.....</b>                              | <b>13</b> |
| <b>2.3 Формы аттестации.....</b>                                 | <b>13</b> |
| <b>2.4 Методическое обеспечение программы.....</b>               | <b>13</b> |
| <b>2.5 Условия реализации программы.....</b>                     | <b>17</b> |
| <b>3. «Рабочая программа воспитания».....</b>                    | <b>18</b> |
| <b>4. «Список литературы».....</b>                               | <b>23</b> |
| <b>5. «Приложения».....</b>                                      | <b>23</b> |
| <b>5.1 Календарно-тематическое планирование.....</b>             | <b>24</b> |
| <b>5.2 Материалы для проведения мониторингов оценки.....</b>     | <b>35</b> |

## **«Комплекс основных характеристик программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с нормативными актами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
  - «Санитарно-эпидемиологические требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г.);
  - Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
  - Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
  - Закон Курской области от 09.12.2013 г. № 121-ЗКО (ред. от 14.12.2020 г.) «Об образовании в Курской области»;
  - Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 г. № 1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ»;
  - Приказ Министерства образования и науки Курской области от 03.05.2023 г. № 1-845 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Курской области «О внедрении единых подходов и

требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ» от 17.01.2023 г. № 1-54;

- Приказ комитета образования города Курска от 03.03.2022 № 113 «Об утверждении регламента предоставления муниципальными образовательными организациями, подведомственными комитету образования города Курска, муниципальной услуги «Прием на обучение по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Лицей № 21» (далее - Лицей) утвержден комитетом образования города Курска приказ №202 от 25.05.2021г.;

- Положение муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «О дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе» приказ №430 от 26.05.2023г.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность данной программы в том, что подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. В основе подвижных игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Подвижные игры» вошли: игры с элементами лёгкой атлетики, игры с элементами

баскетбола, сюжетные игры, игры народов России, игры с мячом, пионербол. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

#### Отличительные особенности программы.

Отличительная особенность программы в сравнении с близкими по тематике программами заключается в широком применении игровых технологий разделов программы. Комплексы предложенных общеразвивающих упражнений согласуются с базовыми видами спорта: гимнастика и легкая атлетика, основы баскетбола и волейбола при воспитании разносторонне развитой личности. Немаловажно, что в содержании программы учтены социокультурные потребности детей, сотрудничество с родителями, контроль и самоконтроль здоровья обучающихся.

#### Адресат программы.

Дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные игры» рассчитана на учащихся младшего школьного возраста (8 – 10 лет). Наличие специальной подготовки не требуется, принимаются все желающие дети, проявляющие интерес к занятиям по подвижным играм, допущенные врачом к занятиям физической культурой.

Уровень программы: стартовый.

#### Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на один год обучения с годовым объемом 72 часа.

#### Режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 учебных часа, перерыв между занятиями 10 мин.

#### Форма обучения.

Очная.

#### Формы организации образовательного процесса

*Форма организации* детей на занятии: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгруппах. Работа

по программе предполагает проведение подвижных игр, эстафет и состязаний на площадках и в спортивном зале.

### Особенности организации образовательного процесса.

Группы, представляющие из себя разновозрастные объединения, состоят из 15 – 20 обучающихся. Особенностью организации образовательных занятий является практические занятия, соревнования и эстафеты.

## **1.2 Цель программы**

### Цель программы.

Развитие личности ребёнка, способного к самовыражению через игровую деятельность.

## **1.3. Задачи программы**

### Задачи программы.

1. Удовлетворение потребности младших школьников в движении;
2. Формирование установки на ведение здорового образа жизни;
3. Укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию школьников;
4. Подготовка разносторонне физически развитых, волевых, смелых и дисциплинированных юных спортсменов.

## **1.4 Планируемые результаты**

Программа обеспечивает формирование личностных, метапредметных и предметных результатов.

### **Предметные результаты** включают:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Метапредметные результаты** включают:

- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить.
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

**Личностные результаты** включают:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию материала;
- осознавать роль подвижных игр в жизни младшего школьника;
- развитие физических навыков.

### 1.5.Содержание программы «Учебный план»

Таблица 1

| № п/п | Наименование разделов                  | Количество академических часов |           |           | Форма аттестации/ контроля    |
|-------|----------------------------------------|--------------------------------|-----------|-----------|-------------------------------|
|       |                                        | Всего                          | Теория    | Практика  |                               |
| I     | Игры с элементами лёгкой атлетики      | 10                             | 1         | 9         | Опрос, соревнование, эстафета |
| II    | Сюжетные игры                          | 12                             | 1         | 11        | Опрос, соревнование, эстафета |
| III   | Игры с мячом                           | 12                             | 1         | 11        | Опрос, соревнование, эстафета |
| IV    | Пионербол                              | 14                             | 2         | 14        | Опрос, соревнование, эстафета |
| V     | Подвижные игры с элементами баскетбола | 12                             | 2         | 12        | Опрос, соревнование, эстафета |
| VI    | Игры народов России                    | 8                              | 2         | 6         | Опрос, соревнование, эстафета |
|       | <b>Итого</b>                           | <b>72</b>                      | <b>19</b> | <b>63</b> |                               |

## Содержание учебного плана

Программа «Подвижные игры» (72 часа) включает:

Раздел 1. Игры с элементами лёгкой атлетики.

Тема 1. Техника безопасности на занятиях. «Бег за обручем», «Бег флажков», «Бег под уклон», «Эстафета с препятствиями», «Прыжки на одной ноге»

Теоретический компонент. Знакомство с ТБ на занятиях, с правилами игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр.

Тема 2. «Опереди прыжок соседа», «Кто выше?», «Оттолкнись и приземлись»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр.

Тема 3. «Бег с мячом», «День» и «Ночь», «Кто лучший?», «Кто точнее?», «Метание в подвижную цель»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 4. «Получить мячик», «Пятнашки», «Пустое место», «Третий лишний».

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 5. «Караси и щуки», «Бездомный заяц», «Волк во рву», «У медведя во бору».

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Раздел 2. Сюжетные игры

Тема 6. «Бой петухов», «Охотники и лисы», «Гуси-лебеди», «Котята и щенята»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 7. «Почта», «Лиса в курятнике», «Пчёлки и ласточки», «Мышка и две кошки»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 8. «Дятел», «Космонавты», «Охотник и зайцы», «Не оставайся на полу»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 9. «Воробушки и кот», «Белки в лесу», «Колпачок и палочка», «Затейники»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 10. «Мы веселые ребята...», «Сделай фигуру», «Тетери»  
игры «Мы веселые ребята...», «Сделай фигуру», «Тетери».

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 11. ЗОЖ. «Карусель», Трактористы», «Быстрее по местам», «Дедушка-рожок» Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Знание ЗОЖ и его составляющие. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Раздел 3. Игры с мячом.

Тема 12. «Сильный бросок», «Сильные и ловкие», «Не давай мяча водящему», «Защита укрепления»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 13. «Броски мяча в корзину», «Мяч ловцу», «Старт за мячом», «Борьба за мяч», «Пройди защиту»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 14. «Нападающие тройки», «В кругу соперника», «Стой!», «Школа мяча»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 15. Здоровье. «Ножной мяч в кругу», «Ногой и головой через сетку», «Мяч капитану»

Теоретический компонент. Знать что такое здоровье и факторы влияющие на него. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 16. «Не промахнись», «Лучший защитник», «Живая цель», «Мячом в цель»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 17. «Чей отскок дальше», «Самые быстрые», «Гонка мяча по кругу», «Гонка мяча по квадрату, «25 передач»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Раздел 4. Пионербол.

Тема 18. История возникновения пионербола. Передачи мяча в парах, передачи мяча в тройках. подача мяча

Теоретический компонент. Знание о истории возникновения пионербола, правилах игры.

Практический компонент. Разучивание и проведение игры, владение спортивным инвентарем.

Тема 19. Поддача мяча, приём мяча, нападающий удар ОРУ, подводящие упражнения.

Теоретический компонент. Объяснение правил игры, обсуждение игры.

Практический компонент. Разучивание и проведение, подводящих упражнений, владение спортивным инвентарем.

Тема 20. Прием мяча от сетки, игра «Пионербол»

Теоретический компонент. Объяснение правил игры, обсуждение игры.

Практический компонент. Разучивание и проведение, подводящих упражнений, владение спортивным инвентарем.

Тема 21. Игра «Пионербол»

Теоретический компонент. Объяснение правил игры, обсуждение игры.

Практический компонент. Разучивание и проведение, подводящих упражнений, владение спортивным инвентарем.

Тема 22. Игра «Пионербол»

Теоретический компонент. Объяснение правил игры, обсуждение игры.

Практический компонент. Разучивание и проведение, подводящих упражнений, владение спортивным инвентарем.

Тема 23. Игра «Пионербол»

Теоретический компонент. Объяснение правил игры, обсуждение игры.

Практический компонент. Разучивание и проведение, подводящих упражнений, владение спортивным инвентарем.

Тема 24. Игра «Пионербол»

Теоретический компонент. Объяснение правил игры, обсуждение игры.

Практический компонент. Разучивание и проведение, подводящих упражнений, владение спортивным инвентарем.

Тема 25. Игра «Пионербол»

Теоретический компонент. Объяснение правил игры, обсуждение игры.

Практический компонент. Разучивание и проведение, подводящих упражнений, владение спортивным инвентарем.

Упражнения с мячами, игра «Пионербол».

Теоретический компонент. Объяснение правил игры, обсуждение игры.

Практический компонент. Разучивание и проведение, подводящих упражнений, владение спортивным инвентарем.

Раздел 5. Подвижные игры с элементами баскетбола.

Тема 26. История возникновения баскетбола, подводящие упражнения, игры «Пятнашки», «Пятнашки в тройках», «Догони партнёра».

Теоретический компонент. Знание о истории возникновения баскетбола, правилах игры

Практический компонент. Разучивание и проведение, подводящих упражнений, владение спортивным инвентарем.

Тема 27. «Наседка и ястребы», «Свободное место», «Всадники»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 28. «Ловец и перехватчик», «Кто быстрее», «Салки», «Вызов номеров»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 29. «Пройди защитника», «Выбей мяч», «Один хвост хорошо, а два лучше», «Ведение со скакалкой»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 30. «Подбрось-поймай», «Скрытый пас», «Снайперские броски», «Обведи и прокати», «Отними мяч после поворота», «Подвижная цель»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 29. «Подбрось-поймай», «Скрытый пас», «Снайперские броски», «Обведи и прокати», «Отними мяч после поворота», «Подвижная цель»

Тема 30. «Подбрось-поймай», «Скрытый пас», «Снайперские броски», «Обведи и прокати», «Отними мяч после поворота», «Подвижная цель»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 31. «Подбрось-поймай», «Скрытый пас», «Снайперские броски»,

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Раздел 6. Игры народов России.

Тема 32. Рассказ о народах России. «Горелки», «Садовник и цветы»

Теоретический компонент. Рассказ о народах России, объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 33. «Бабка Ёжка», «Охотники и утки», «Посадка картошки», «Иванка», «Двадцать палочек».

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Игры «Бабка Ёжка», «Охотники и утки», «Посадка картошки», «Иванка», «Двадцать палочек»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 34. «Хлопушки», «Продаем горшки», «Борьба на палке», «Олени и пастухи»

Теоретический компонент. Объяснение правил игр, обсуждение игр.

Практический компонент. Разучивание и проведение игр, владение спортивным инвентарем.

Тема 35. «Отбивка оленей», «Перетягивание веревкой», «Журавли»  
 Тема 36. Любимые игры детей. Итоговое занятие  
 Теоретический компонент. Проверка знаний по правилам игр.  
 Практический компонент. Самостоятельное проведение игр.

## «Комплекс организационно-педагогических условий»

### 2.1 Календарный учебный график

| № п/п | Группа | Год обучения, номер группы | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Количество учебных недель | Количество учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий                   | Нерабочие праздничные дни                                                                                                                              | Сроки проведения промежуточной аттестации |
|-------|--------|----------------------------|---------------------|------------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 1     | №1     | 1, №1                      | 02.09.2024          | 31.05.2025             | 36                        | 36                      | 72                       | Очный, 2 часа<br>1 раз в неделю | Государственные праздники и выходные дни (03.11.24, 04.11.24, 30.12.24-08.01.25, 23.02.25, 24.02.25, 08.03.25, 10.03.25, 01.05.25, 02.05.25, 09.05.25) | 20-31 мая 2025 г.                         |
| 2     | №2     | 1, №2                      | 02.09.2024          | 31.05.2025             | 36                        | 36                      | 72                       | Очный, 2 часа<br>1 раз в неделю | Государственные праздники и выходные дни (03.11.24, 04.11.24, 30.12.24-08.01.25, 23.02.25, 24.02.25, 08.03.25, 10.03.25, 01.05.25, 02.05.25, 09.05.25) | 20-31 мая 2025 г.                         |

### 2.2 Оценочные материалы

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.

Журнал посещаемости

### 2.3 Формы аттестации

С целью проверки теоретических знаний можно использовать викторины, игры, кроссворды, карточки, устные опросы. Практические умения определяются через мониторинг уровня физической подготовленности.

Важным в осуществлении программы является отслеживание результатов. Контроль позволяет определять степень эффективности обучения, проанализировать результаты, внести коррективы в учебный

процесс, позволяет детям, родителям, педагогам увидеть результаты своего труда, создает благоприятный психологический климат в коллективе.

## 2.4 Методическое обеспечение программы

### Современные педагогические технологии

На занятиях применяются следующие современные педагогические информационные технологии, их комбинации и элементы: технология развивающего обучения, технология коллективного совместного обучения (групповая работа, работа в парах сменного состава, игровые технологии; технология сотрудничества, технология создания ситуаций успеха, здоровьесберегающие технологии.

В процессе реализации программы применяются следующие **методы и приемы обучения:**

- словесный метод (рассказ, объяснение, инструктаж);
- наглядно-зрительный метод (личный показ педагога, просмотр видеоматериалов);
- наглядно-слуховой метод (личный показ педагога с комментариями)
- практический метод (занимательные упражнения, игры;
- метод контроля и самоконтроля;
- метод формирования интереса к учению (игра, создание ситуаций успеха, приёмы занимательности);

На занятиях могут использоваться элементы и различные комбинации методов обучения по выбору педагога.

### Дидактические материалы

Табл.3 «Дидактические материалы»

| № п/п | Наименование раздела, темы        | Дидактические и методические материалы                                                                                                     |
|-------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| I     | Игры с элементами лёгкой атлетики | Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008г. |

|    |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                 |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | <p>Техника безопасности на занятиях.</p> <p>«Бег за обручем», «Бег флажков», «Бег под уклон», «Эстафета с препятствиями»</p>                                                      | <p>С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева "Подвижные игры на уроках и во внеурочное время". Издательство «Учитель» 2008.</p>                              |
| 2  | <p>«Опереди прыжок соседа», «Кто выше?», «Оттолкнись и приземлись»</p> <p>Бег и его разновидности, ОРУ, игры «Опереди прыжок соседа», «Кто выше?», «Оттолкнись и приземлись».</p> | <p>С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева "Подвижные игры на уроках и во внеурочное время". Издательство «Учитель» 2008.</p>                              |
| 3  | <p>«Бег с мячом», «День» и «Ночь», «Кто лучший?», «Кто точнее?», «Метание в подвижную цель»</p>                                                                                   | <p>С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева "Подвижные игры на уроках и во внеурочное время". Издательство «Учитель» 2008.</p>                              |
| II | <p><b>Сюжетные игры</b></p>                                                                                                                                                       | <p>С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева "Подвижные игры на уроках и во внеурочное время". Издательство «Учитель» 2008.</p>                              |
| 4  | <p>«Бой петухов», «Охотники и лисы», «Гуси-лебеди», «Котята и щенята»</p>                                                                                                         | <p>Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007.</p> |

|            |                                                                                          |                                                                                                                                                      |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|            |                                                                                          |                                                                                                                                                      |
| 5          | «Почта», «Лиса в курятнике», «Пчёлки и ласточки», «Мышка и две кошки»                    | С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева "Подвижные игры на уроках и во внеурочное время". Издательство «Учитель" 2008.                                          |
| 6          | «Воробушки и кот», «Белки в лесу», «Колпачок и палочка», «Затейники»                     | Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007.             |
| 7          | «Дятел», «Космонавты», «Охотник и зайцы», «Не оставайся на полу»                         | Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.    |
| <b>III</b> | <b>Игры с мячом</b>                                                                      | Патрикеев А.Ю., «Подвижные игры» – М.: ВАКО, 2007.                                                                                                   |
| 8          | «Сильный бросок», «Сильные и ловкие», «Не давай мяча водящему», «Защита укрепления»      | Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.    |
| 9          | «Броски мяча в корзину», «Мяч ловцу», «Старт за мячом», «Борьба за мяч», «Пройди защиту» | Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб.пособие / Э.Я. Степаненкова. - М.: Воспитание дошкольника, 2006г |

|           |                                                                                                                           |                                                                                                                                                      |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>IV</b> | <b>Пионербол</b>                                                                                                          | Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007.             |
| <b>10</b> | История возникновения пионербола. Передачи мяча в парах, передачи мяча в тройках, подача мяча                             | Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007.             |
| <b>11</b> | Игра пионербол                                                                                                            | Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб.пособие / Э.Я. Степаненкова. - М.: Воспитание дошкольника, 2006г |
| <b>12</b> | Игра пионербол                                                                                                            | Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб.пособие / Э.Я. Степаненкова. - М.: Воспитание дошкольника, 2006г |
| <b>V</b>  | <b>Подвижные игры с элементами баскетбола</b>                                                                             | Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007.             |
| <b>13</b> | История возникновения баскетбола. «Пятнашки», «Пятнашки в тройках», «Догони партнёра»                                     | П. А. Киселев »Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время». Планета. 2015.                                                 |
| <b>14</b> | «Подбрось-поймай», «Скрытый пас», «Снайперские броски», «Обведи и прокати», «Отними мяч после поворота», «Подвижная цель» | Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.    |
| <b>VI</b> | <b>Игры народов России</b>                                                                                                | Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008г.           |

|    |                                                         |                                                                                                                                            |
|----|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15 | Рассказ о народах России. «Горелки», «Садовник и цветы» | Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008г. |
|----|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2.5 Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение.

Спортивный зал МБОУ «Лицей № 21». Спортивный инвентарь и оборудование.

### Кадровое обеспечение.

Программу реализует педагог, имеющий среднее специальное образование (в 2020 году закончила факультет физической культуры Курского педагогического колледжа). Непрерывный стаж работы по специальности – 4,6 года.

### Информационное обеспечение

1. [https://sportdetsad47.blogspot.com/p/blog-page\\_72.html](https://sportdetsad47.blogspot.com/p/blog-page_72.html)
2. <https://kladraz.ru/igry-dlja-detei/podvizhnye-igry/syuzhetnye-podvizhnye-igry-dlja-mladshih-shkolnikov.html>
3. <http://pedagogic.ru/books/item/f00/s00/z0000019/index.shtml>
4. <https://сезоны-года.рф/народы%20России.html>
5. <https://vilcrb.by/deti-i-podrostki/info/sem-pravil-zdorovogo-obraza-zhizni-dlya-shkolnikov>
6. <https://ped-kopilka.ru/blogs/elena-leonidovna-filina/chas-obschenija-dlja-2-3-klasov-zolotye-pravila-zdorovja-sovety-kak-byt-zdorovym.html>
7. <http://pedagogic.ru/books/item/f00/s00/z0000012/index.shtml>
8. <https://igroznaika.ru/aktivnye/podvizhnye-igry-s-elementami-basketbola-vidy-i-rezultaty>
9. [https://studopedia.ru/10\\_220278\\_tehnika-bezopasnosti-pri-provedenii-legkoy-atletiki.html](https://studopedia.ru/10_220278_tehnika-bezopasnosti-pri-provedenii-legkoy-atletiki.html)

10. <https://infourok.ru/sbornik-podvizhnykh-igr-na-urokakh-fizicheskoy-kulturi-dlya-uchaschihsya-klassov-3760790.html>
11. [https://yrok.pф/library/«podvizhnie\\_igr»\\_metodicheskoe\\_posobie\\_dlya\\_uchitelej\\_170141.html](https://yrok.pф/library/«podvizhnie_igr»_metodicheskoe_posobie_dlya_uchitelej_170141.html)
12. <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/sbornik-podvizhnykh-igr-dlia-nachal-nykh-klassov>

### **«Рабочая программа воспитания»**

#### Цель воспитания обучающихся.

- развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;
- формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

#### Задачи воспитания обучающихся в МБОУ «Лицей № 21»:

- усвоение ими знаний, норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);
- формирование и развитие позитивных личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных социальных отношений;

#### Личностные результаты освоения обучающимися общеобразовательных программ включают:

- осознание российской гражданской идентичности,
- сформированность ценностей самостоятельности и инициативы,
- готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению,
- наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности,

- сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

Воспитательная деятельность в общеобразовательной организации планируется и осуществляется на основе аксиологического, антропологического, культурно-исторического, системно-деятельностного, личностно-ориентированного подходов и с учётом принципов воспитания: гуманистической направленности воспитания, совместной деятельности детей и взрослых, следования нравственному примеру, безопасной жизнедеятельности, инклюзивности, возрастосообразности.

Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности МБОУ «Лицей № 21» по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС НОО и отражает готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретать первоначальный опыт деятельности на их основе, в том числе в части:

– **гражданского воспитания**, способствующего формированию российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободе и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры;

– **патриотического воспитания**, основанного на воспитании любви к родному краю, Родине, своему народу, уважении к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности;

– **духовно-нравственного воспитания** на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков;

– **эстетического воспитания**, способствующего формированию эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;

– **физического воспитания**, ориентированного на формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия – развитие физических способностей с учетом возможностей и состояния

здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;

– **трудового воспитания**, основанного на воспитании уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности;

– **экологического воспитания**, способствующего формированию экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды;

– **ценности научного познания**, ориентированного на воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учетом личностных интересов и общественных потребностей.

#### Целевые ориентиры результатов воспитания.

Целевые ориентиры определены в соответствии с инвариантным содержанием воспитания обучающихся на основе российских базовых (гражданских, конституционных) ценностей, обеспечивают единство воспитания, воспитательного пространства.

#### Целевые ориентиры результатов воспитания на уровне начального общего образования

Табл.4 «Целевые ориентиры»

| <b>Гражданско-патриотическое воспитание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Знающий и любящий свою малую родину, свой край, имеющий представление о Родине – России, ее территории, расположении.</p> <p>Сознающий принадлежность к своему народу и к общности граждан России, проявляющий уважение к своему и другим народам.</p> <p>Понимающий свою сопричастность к прошлому, настоящему и будущему родного края, своей Родины – России, Российского государства.</p> <p>Понимающий значение гражданских символов (государственная символика России, своего региона), праздников, мест почитания героев и защитников Отечества, проявляющий к ним уважение.</p> <p>Имеющий первоначальные представления о правах и ответственности</p> |

человека в обществе, гражданских правах и обязанностях.

Принимающий участие в жизни класса, лица, в доступной по возрасту социально-значимой деятельности.

### **Духовно-нравственное воспитание**

Уважающий духовно-нравственную культуру своей семьи, своего народа, семейные ценности с учетом национальной, религиозной принадлежности.

Сознающий ценность каждой человеческой жизни, признающий индивидуальность и достоинство каждого человека.

Доброжелательный, проявляющий сопереживание, готовность оказывать помощь, выражающий неприятие поведения, причиняющего физический и моральный вред другим людям, уважающий старших.

Умеющий оценивать поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, осознающий ответственность за свои поступки.

Владеющий представлениями о многообразии языкового и культурного пространства России, имеющий первоначальные навыки общения с людьми разных народов, вероисповеданий.

Сознающий нравственную и эстетическую ценность литературы, родного языка, проявляющий интерес к чтению.

### **Эстетическое воспитание**

Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, искусстве, творчестве людей.

Проявляющий уважение и интерес к отечественной и мировой художественной культуре.

Проявляющий стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности, искусства.

### **Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия**

Бережно относящийся к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.

Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе.

Ориентированный на физическое развитие с учетом возможностей здоровья, занятия физической культурой и спортом.

Сознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учетом возраста.

### **Трудовое воспитание**

Сознающий ценность честного труда в жизни человека, семьи, общества и государства.

Проявляющий уважение к труду, людям труда, ответственное потребление и бережное отношение к результатам своего труда и других

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| людей, прошлых поколений.<br>Проявляющий интерес к разным профессиям.<br>Участвующий в различных видах доступного по возрасту труда, трудовой деятельности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Экологическое воспитание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Понимающий ценность природы, зависимость жизни людей от природы, влияние людей на природу, окружающую среду.</li> <li>• Проявляющий любовь и бережное отношение к природе, неприятие действий, приносящих вред природе, особенно живым существам.</li> <li>• Выражающий готовность в своей деятельности придерживаться экологических норм.</li> </ul>                                                                                                                            |
| <b>Ценности научного познания</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учётом индивидуальных интересов, способностей, достижений.</li> <li>• Обладающий первоначальными представлениями о природных и социальных объектах, многообразии объектов и явлений природы, связи живой и неживой природы, о науке, научном познании.</li> <li>• Имеющий первоначальные навыки наблюдений, систематизации и осмысления опыта в естественно-научной и гуманитарной областях знаний.</li> </ul> |

**КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
МБОУ «ЛИЦЕЙ № 21» НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**Табл.5 «Календарный план воспитательной работы»**

|                                                                     |                        |                     |                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Основные общелицейские дела</b>                                  |                        |                     |                                                                                          |
| Общелицейский фестиваль искусств «Минута славы»                     | Очная форма проведения | 3-я неделя декабря  | Зам. директора по ВР, классные руководители, ПДО                                         |
| <b>Предметно-пространственная среда</b>                             |                        |                     |                                                                                          |
| Выставка декоративно-прикладного творчества, посвященная Дню города | Очная форма проведения | 3-я неделя сентября | Зам. директора по ВР, педагоги ХЭЦ, старшая вожатая, классные руководители 10-11 классов |
| Выставка декоративно-прикладного творчества «Зимняя сказка»         | Очная форма проведения | 3-я неделя декабря  | Зам. директора по ВР, учителя ХЭЦ, старшая вожатая                                       |
| Выставка декоративно-прикладного                                    | Очная форма            | 2-я неделя          | ам. директора по                                                                         |

|                                                         |            |         |                                                      |
|---------------------------------------------------------|------------|---------|------------------------------------------------------|
| творчества и изобразительного искусства «Под сенью муз» | проведения | февраля | ВР, классные руководители 10-11 классов, кафедра ХЭЦ |
|---------------------------------------------------------|------------|---------|------------------------------------------------------|

### «Список литературы»

#### Список литературы для педагогов:

1. Патрикеев А.Ю., «Подвижные игры в спортзале», 2015 г.
2. Бойко Е. А., «Лучшие подвижные и логические игры для детей от 5 до 10 лет», 2013г.
3. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки» Волгоград. Учитель, 2008г.
4. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб.пособие / Э.Я. Степаненкова. - М.: Воспитание дошкольника, 2006г
5. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004
6. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2007.
7. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
8. В.И. Лях "Физическая культура". Издательство "Учитель" 2016.
9. С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева "Подвижные игры на уроках и во внеурочное время". Издательство «Учитель» 2008.
10. Н. А. Федорова Подвижные игры. Экзамен. 2016.
11. П. А. Киселев »Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время». Планета. 2015.

**Список литературы, рекомендованный обучающимся:**

1. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.
2. «Сценарии праздников для детей. Подвижные игры»– Мир Книги, Москва. 2003.
3. В.И. Лях "Физическая культура". Издательство "Учитель" 2016.

**Список литературы, рекомендованной родителям:**

- 1.Патрикеев А.Ю., «Подвижные игры в спортзале», 2015 г.
- 2.Патрикеев А.Ю., «Подвижные игры» – М.: ВАКО, 2007.
- 3.Левченко, А. Игры, которых не было. Сборник спортивно-подвижных игр / А.Левченко, В.Матысон. – М.: Педагогическое общество России, 2007.

**«Приложения»**  
**5.1 Календарно-тематическое планирование**  
**Группа № 1**

Табл.6

| №п/п | Дата план | Дата факт | Тема занятия                                                                                                               | Количество часов | Форма/тип занятия                            | Место проведения                      | Форма контроля            |
|------|-----------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------|
| 1.   | 03.09.24  |           | Техника безопасности на занятиях.<br>«Бег за обручем»,<br>«Бег флажков»,<br>«Бег под уклон»,<br>«Эстафета с препятствиями» | 2                | Беседа,<br>изучение игр                      | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Опрос<br>эстафета         |
| 2.   | 10.09.24  |           | «Опереди прыжок соседа», «Кто выше?»,<br>«Оттолкнись и приземлись»                                                         | 2                | изучение игр,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | эстафета                  |
| 3.   | 17.09.24  |           | «Бег с мячом»,<br>«День» и<br>«Ночь», «Кто лучший?»,<br>«Кто точнее?»,<br>«Метание в подвижную цель».                      | 2                | изучение игр,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревнование |
| 4.   | 24.09.24  |           | «Получить мячик»,<br>«Пятнашки»,<br>«Пустое место»,<br>«Третий лишний».                                                    | 2                | изучение игр,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета<br>соревнование  |
| 5.   | 08.10.24  |           | «Караси и щуки»,<br>«Бездомный заяц», «Волк во рву», «У                                                                    | 2                | Изучение и закрепление правил игр            | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета<br>соревнование  |

|     |          |  |                                                                                     |   |                                           |                                 |                               |
|-----|----------|--|-------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
|     |          |  | медведя во бору».                                                                   |   |                                           |                                 |                               |
| 6.  | 15.10.24 |  | «Бой петухов», «Охотники и лисы», «Гуси-лебеди», «Котята и щенята».                 | 2 | изучение игр, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета соревнования         |
| 7.  | 22.10.24 |  | «Почта», «Лиса в курятнике», «Пчёлки и ласточки», «Мышка и две кошки».              | 2 | Изучение и закрепление правил игр         | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета соревнования         |
| 8.  | 29.10.24 |  | «Дятел», «Космонавты», «Охотник и зайцы», «Не оставайся на полу».                   | 2 | изучение игр, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |
| 9.  | 05.11.24 |  | «Воробушки и кот», «Белки в лесу», «Колпачок и палочка», «Затейники».               | 2 | изучение игр, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |
| 10. | 12.11.24 |  | «Мы веселые ребята...», «Сделай фигуру», «Тетери».                                  | 2 | Изучение и закрепление правил игр         | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования        |
| 11. | 19.11.24 |  | ЗОЖ. «Карусель», «Быстрее по местам», «Дедушка-рожок».                              | 2 | Изучение и закрепление правил игр         | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Опрос, соревнования, эстафета |
| 12. | 26.11.24 |  | «Сильный бросок», «Сильные и ловкие», «Не давай мяча водящему», «Защита укрепления» | 2 | Изучение и закрепление правил игр         | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |
| 13. | 28.11.24 |  | «Броски мяча в корзину»,                                                            | 2 | изучение игр,                             | Спортивный зал                  | соревнование                  |

|     |          |  |                                                                                                     |   |                                                               |                                 |                               |
|-----|----------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
|     |          |  | «Мяч ловцу»,<br>«Старт за мячом»,<br>«Борьба за мяч»,<br>«Пройди защиту»                            |   | развитие физических качеств                                   | МБОУ «Лицей №21»                |                               |
| 14. | 05.12.24 |  | «Нападающие тройки», «В кругу соперника», «Стой!»,                                                  | 2 | Изучение и закрепление правил игр                             | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования        |
| 15. | 12.12.24 |  | Здоровье. «Ножной мяч в кругу», «Ногой и головой через сетку», «Мяч капитану»                       | 2 | изучение игр, развитие физических качеств                     | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования, Опрос |
| 16. | 19.12.24 |  | «Не промахнись», «Лучший защитник», «Живая цель», «Мячом в цель»                                    | 2 | изучение игр, развитие физических качеств                     | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |
| 17. | 26.12.24 |  | «Чей отскок дальше», «Самые быстрые», «Гонка мяча по кругу», «Гонка мяча по квадрату», «25 передач» | 2 | изучение игры, развитие физических качеств                    | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |
| 18. | 07.01.25 |  | История возникновения пионербола. Передачи мяча в парах, передачи мяча в тройках. подача мяча       | 2 | Изучение закрепления правил игры, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |
| 19. | 14.01.25 |  | Подача мяча, приём мяча, нападающий удар                                                            | 2 | Изучение закрепления правил игры, развитие                    | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |

|     |          |  |                                                                     |   |                                                               |                                 |                        |
|-----|----------|--|---------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------|
|     |          |  |                                                                     |   | физических качеств                                            |                                 |                        |
| 20. | 21.01.25 |  | Прием мяча от сетки, игра «Пионербол»                               | 2 | Изучение закрепления правил игры, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование           |
| 21. | 28.01.25 |  | игра «Пионербол»                                                    | 2 | Изучение закрепления правил игры, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование           |
| 22. | 04.02.25 |  | игра «Пионербол»                                                    | 2 | Изучение закрепления правил игры, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование           |
| 23. | 11.02.25 |  | игра «Пионербол»                                                    | 2 | Изучение закрепления правил игры, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование           |
| 24. | 18.02.25 |  | игра «Пионербол»                                                    | 2 | Изучение закрепления правил игры, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование           |
| 25. | 25.02.25 |  | игра «Пионербол»                                                    | 2 | Изучение закрепления правил игры, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование           |
| 26. | 04.03.25 |  | История возникновения баскетбола. «Пятнашки», «Пятнашки в тройках», | 2 | Изучение закрепления правил игры, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования |

|     |          |  |                                                                                                                                          |   |                                               |                                       |                           |
|-----|----------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------|
|     |          |  | «Догони партнёра»                                                                                                                        |   | качеств                                       |                                       |                           |
| 27. | 11.03.25 |  | «Наседка и ястребы»,<br>«Свободное место»,<br>«Всадники»                                                                                 | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревнование |
| 28. | 18.03.25 |  | «Ловец и перехватчик»,<br>«Кто быстрее»,<br>«Салки»,<br>«Вызов номеров»                                                                  | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревнование |
| 29. | 08.04.25 |  | «Пройди защитника»,<br>«Выбей мяч»,<br>«Один хвост хорошо, а два лучше»,<br>«Ведение со скакалкой»                                       | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревнование |
| 30. | 15.04.25 |  | «Ведение со скакалкой»,<br>«Старт за мячом»,<br>«Наездники»,<br>«Быстрый прорыв»,<br>«Массовый баскетбол»                                | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревнование |
| 31. | 22.04.25 |  | «Подбрось-поймай»,<br>«Скрытый пас»,<br>«Снайперские броски»,<br>«Обведи и прокати»,<br>«Отними мяч после поворота»,<br>«Подвижная цель» | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревнование |
| 32. | 29.04.25 |  | «Подбрось-поймай»,<br>«Скрытый пас»,<br>«Снайперские броски»,                                                                            | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревнование |

|     |          |  |                                                                                 |   |                                                                 |                                 |                        |
|-----|----------|--|---------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------|
|     |          |  | «Обведи и прокати»,<br>«Отними мяч после поворота»,<br>«Подвижная цель»         |   |                                                                 |                                 |                        |
| 33. | 06.05.25 |  | Рассказ о народах России.                                                       | 2 | изучение традиционных игр России                                | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования |
| 34. | 13.05.25 |  | Рассказ о народах России.                                                       | 2 | изучение игры, развитие физических качеств                      | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования |
| 35. | 20.05.25 |  | «Хлопушки»<br>«Продаем горшки»,<br>«Борьба на палке»,<br>«Олени и пастухи».     | 2 | изучение игры, развитие физических качеств                      | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования |
| 36. | 27.05.24 |  | «Отбивка оленей»,<br>«Перетягивание веревкой»,<br>«Журавли». Подведение итогов. | 2 | изучение игры, развитие физических качеств<br>Подведение итогов | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования |

## Группа № 2

| №п/п | Дата план | Дата факт | Тема занятия                                                                                                               | Количество часов | Форма/тип занятия                            | Место проведения                      | Форма контроля            |
|------|-----------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------|
| 1.   | 05.09.24  |           | Техника безопасности на занятиях.<br>«Бег за обручем»,<br>«Бег флажков»,<br>«Бег под уклон»,<br>«Эстафета с препятствиями» | 2                | Беседа,<br>изучение игр                      | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Опрос<br>эстафета         |
| 2.   | 12.09.24  |           | «Опереди прыжок соседа», «Кто выше?»,<br>«Оттолкнись и приземлись»                                                         | 2                | изучение игр,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | эстафета                  |
| 3.   | 19.09.24  |           | «Бег с мячом»,<br>«День» и «Ночь», «Кто лучший?»,<br>«Кто точнее?»,<br>«Метание в подвижную цель».                         | 2                | изучение игр,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревнование |
| 4.   | 26.09.24  |           | «Получить мячик»,<br>«Пятнашки»,<br>«Пустое место»,<br>«Третий лишний».                                                    | 2                | изучение игр,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета<br>соревнование  |
| 5.   | 03.10.24  |           | «Караси и щуки»,<br>«Бездомный заяц», «Волк во рву», «У медведя во бору».                                                  | 2                | Изучение и закрепление правил игр            | Спортивный зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета<br>соревнование  |
| 6.   | 10.10.24  |           | «Бой петухов»,                                                                                                             | 2                | изучение игр,                                | Спортивный зал                        | Эстафета<br>соревнование  |

|     |          |  |                                                                                     |   |                                           |                                 |                               |
|-----|----------|--|-------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
|     |          |  | «Охотники и лисы», «Гуси-лебеди», «Котята и щенята».                                |   | развитие физических качеств               | МБОУ «Лицей №21»                | е                             |
| 7.  | 17.10.24 |  | «Почта», «Лиса в курятнике», «Пчёлки и ласточки», «Мышка и две кошки».              | 2 | Изучение и закрепление правил игр         | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета соревнования         |
| 8.  | 24.10.24 |  | «Дятел», «Космонавты», «Охотник и зайцы», «Не оставайся на полу».                   | 2 | изучение игр, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |
| 9.  | 07.11.24 |  | «Воробушки и кот», «Белки в лесу», «Колпачок и палочка», «Затейники».               | 2 | изучение игр, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |
| 10. | 14.11.24 |  | «Мы веселые ребята...», «Сделай фигуру», «Тетери».                                  | 2 | Изучение и закрепление правил игр         | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования        |
| 11. | 21.11.24 |  | ЗОЖ.<br>«Карусель», «Быстрее по местам», «Дедушка-рожок».                           | 2 | Изучение и закрепление правил игр         | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Опрос, соревнования, эстафета |
| 12. | 28.11.24 |  | «Сильный бросок», «Сильные и ловкие», «Не давай мяча водящему», «Защита укрепления» | 2 | Изучение и закрепление правил игр         | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |
| 13. | 05.12.24 |  | «Броски мяча в корзину», «Мяч ловцу», «Старт за мячом», «Борьба за                  | 2 | изучение игр, развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | соревнование                  |

|     |          |  |                                                                                                                            |   |                                                                                 |                                          |                                      |
|-----|----------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------|
|     |          |  | мяч»,<br>«Пройди<br>защиту»                                                                                                |   |                                                                                 |                                          |                                      |
| 14. | 12.12.24 |  | «Нападающие<br>тройки», «В<br>кругу<br>соперника»,<br>«Стой!»,                                                             | 2 | Изучение и<br>закрепление<br>правил игр                                         | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревновани<br>е        |
| 15. | 19.12.24 |  | Здоровье.<br>«Ножной мяч<br>в кругу»,<br>«Ногой и<br>головой через<br>сетку», «Мяч<br>капитану»                            | 2 | изучение<br>игр,<br>развитие<br>физических<br>качеств                           | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревновани<br>е, Опрос |
| 16. | 26.12.24 |  | «Не<br>промахнись,<br>«Лучший<br>защитник»,<br>«Живая<br>цель»,<br>«Мячом в<br>цель»                                       | 2 | изучение<br>игр,<br>развитие<br>физических<br>качеств                           | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | соревновани<br>е                     |
| 17. | 09.01.25 |  | «Чей отскок<br>дальше»,<br>«Самые<br>быстрые»,<br>«Гонка мяча<br>по кругу»,<br>«Гонка мяча<br>по квадрату,<br>«25 передач» | 2 | изучение<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств                          | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | соревновани<br>е                     |
| 18. | 16.01.25 |  | История<br>возникновени<br>я пионербола.<br>Передачи<br>мяча в парах,<br>передачи<br>мяча в<br>тройках.<br>подача мяча     | 2 | Изучение<br>закрепления<br>правил<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | соревновани<br>е                     |
| 19. | 23.01.25 |  | Подача мяча,<br>приём мяча,<br>нападающий<br>удар                                                                          | 2 | Изучение<br>закрепления<br>правил<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | соревновани<br>е                     |
| 20. | 30.02.25 |  | Прием мяча<br>от сетки, игра                                                                                               | 2 | Изучение<br>закрепления                                                         | Спортивный<br>зал                        | соревновани<br>е                     |

|     |          |  |                                                                                                             |   |                                                                                 |                                          |                               |
|-----|----------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------|
|     |          |  | «Пионербол»                                                                                                 |   | правил<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств                            | МБОУ<br>«Лицей №21»                      |                               |
| 21. | 06.02.25 |  | игра<br>«Пионербол»                                                                                         | 2 | Изучение<br>закрепления<br>правил<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | соревновани<br>е              |
| 22. | 13.02.25 |  | игра<br>«Пионербол»                                                                                         | 2 | Изучение<br>закрепления<br>правил<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | соревновани<br>е              |
| 23. | 20.02.25 |  | игра<br>«Пионербол»                                                                                         | 2 | Изучение<br>закрепления<br>правил<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | соревновани<br>е              |
| 24. | 27.02.25 |  | игра<br>«Пионербол»                                                                                         | 2 | Изучение<br>закрепления<br>правил<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | соревновани<br>е              |
| 25. | 06.03.25 |  | игра<br>«Пионербол»                                                                                         | 2 | Изучение<br>закрепления<br>правил<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | соревновани<br>е              |
| 26. | 13.03.25 |  | История<br>возникновени<br>я баскетбола.<br>«Пятнашки»,<br>«Пятнашки в<br>тройках»,<br>«Догони<br>партнёра» | 2 | Изучение<br>закрепления<br>правил<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревновани<br>е |
| 27. | 20.03.25 |  | «Наседка и<br>ястребы»,                                                                                     | 2 | изучение<br>игры,                                                               | Спортивный<br>зал                        | Эстафета,<br>соревновани      |

|     |          |  |                                                                                                                                          |   |                                               |                                 |                        |
|-----|----------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------|---------------------------------|------------------------|
|     |          |  | «Свободное место»,<br>«Всадники»                                                                                                         |   | развитие физических качеств                   | МБОУ «Лицей №21»                | е                      |
| 28. | 27.03.25 |  | «Ловец и перехватчик»,<br>«Кто быстрее»,<br>«Салки»,<br>«Вызов номеров»                                                                  | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования |
| 29. | 03.04.25 |  | «Пройди защитника»,<br>«Выбей мяч»,<br>«Один хвост хорошо, а два лучше»,<br>«Ведение со скакалкой»                                       | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования |
| 30. | 10.04.25 |  | «Ведение со скакалкой»,<br>«Старт за мячом»,<br>«Наездники»,<br>«Быстрый прорыв»,<br>«Массовый баскетбол»                                | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования |
| 31. | 17.04.25 |  | «Подбрось-поймай»,<br>«Скрытый пас»,<br>«Снайперские броски»,<br>«Обведи и прокати»,<br>«Отними мяч после поворота»,<br>«Подвижная цель» | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования |
| 32. | 24.04.25 |  | «Подбрось-поймай»,<br>«Скрытый пас»,<br>«Снайперские броски»,<br>«Обведи и прокати»,<br>«Отними мяч после                                | 2 | изучение игры,<br>развитие физических качеств | Спортивный зал МБОУ «Лицей №21» | Эстафета, соревнования |

|     |          |  |                                                                                              |   |                                                                                |                                          |                               |
|-----|----------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------|
|     |          |  | поворота»,<br>«Подвижная<br>цель»                                                            |   |                                                                                |                                          |                               |
| 33. | 08.05.25 |  | Рассказ о<br>народах<br>России.                                                              | 2 | изучение<br>традиционн<br>ых игр<br>России                                     | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревновани<br>е |
| 34. | 15.05.25 |  | Рассказ о<br>народах<br>России.                                                              | 2 | изучение<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств                         | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревновани<br>е |
| 35. | 22.05.25 |  | «Хлопушки»<br>«Продаем<br>горшки»,<br>«Борьба на<br>палке»,<br>«Олени и<br>пастухи».         | 2 | изучение<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств                         | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревновани<br>е |
| 36. | 29.05.25 |  | «Отбивка<br>олений»,<br>«Перетягиван<br>ие веревкой»,<br>«Журавли».<br>Подведение<br>итогов. | 2 | изучение<br>игры,<br>развитие<br>физических<br>качеств<br>Подведение<br>итогов | Спортивный<br>зал<br>МБОУ<br>«Лицей №21» | Эстафета,<br>соревновани<br>е |

## **5.2 Материалы для проведения мониторингов оценки**

### **Тесты для определения быстроты**

Бег 30 м

### **Тест для определения выносливости**

Шестиминутный бег

### **Тест для определения силы**

Поднимание туловища

### **Тест для определения гибкости**

Наклон туловища

### **Тест для определения ловкости**

Челночный бег 3х10м.

**Дидактические карточки.**



## Тезаурус

Игра – основной вид деятельности в дошкольный период.

Подвижная игра – это сознательная двигательная активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами.

Быстрота – способность выполнять двигательное действие с максимальной скоростью (за наименьший промежуток времени).

Выносливость – способность организма к продолжительному выполнению какой-либо работы без заметного снижения работоспособности.

Гибкость – это способность, необходимая для выполнения движений с большой и предельной амплитудой.

Ловкость – это способность быстро овладевать сложными движениями.

Сила – это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счёт мышечных усилий (напряжений).

Физические качества – врожденные качества, благодаря которым возможна двигательная активность.

Лёгкая атлétика — олимпийский вид спорта, включающий бег, ходьбу, прыжки и метания.

Пионербол — подвижная игра с мячом, схожая по правилам с [волейболом](#)