муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа №86 имени Героя Социалистического Труда В.Я.Литвинова»
городского округа Самара

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании МО учителей начальных классов	Заместитель директора по УВР	Директор МБОУ Школы № 86 г.о. Самара
Председатель МО	_____ Р.А. Носова	_____ __О.В.Жевжик
_____ Щукина Н.А.	от «30» августа 2023 г.	Приказ № 336 от «31» августа 2023 г.
Протокол № 1 от «28» августа 2023 г.		

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
«НАРОДНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

Направление: спортивно-оздоровительная деятельность

Форма организации: кружок

Класс: 4 класс

Срок реализации: 1 год

Составители программы:
И.Ю.Нестерова, учитель физической культуры
И.В. Барсукова, учитель физической культуры

O=МБОУ Школа №86 г.о.Самара, CN= Жевжик О.В., E= so_sdo.school_86@samara.edu.ru
009174e86b46771296
2023.10.03 02:41:56 +04'00'

Самара, 2023

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Народные и спортивные подвижные игры» разработана на основе следующих **нормативных документов**:

- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 "Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта начального Общего образования";

- Приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования";

- Приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115 "Об утверждении Порядка Организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования".

- Приказом Минпросвещения России от 20.05.2020 № 254 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность".

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-

эпидемиологических правил СП 3.1/2.43598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

- Письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022 № ТВ- 1290/03 "О направлении методических рекомендаций".

- Письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 "О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий".

- Письмом Министерства просвещения РФ от 05.09.2018 г. № 03-ПГ-МП-42216 "Об участии учеников муниципальных и государственных школ РФ во внеурочной деятельности".

- Уставом и локальными актами Школы №86

Данная программа составлена на основе примерной программы внеурочной деятельности Начальное и основное образование (авторы В. А. Горский, А. А. Тимофеев, Д. В. Смирнов и др.), уровня подготовки детей, режима деятельности, реализуется в рамках программы внеурочной деятельности основной образовательной программы образовательного учреждения МБОУ Школы № 86 г. о. Самара.

Цель курса:

способствовать воспитанию национального самосознания в области образования на основе возрождения традиционной и развития современной

игровой культуры, духовному совершенствованию физически здоровой личности учащегося начальной школы.

Задачи:

1. Приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории икультуре русского народа.
2. Обучение разнообразным правилам русских народных игр и другихфизических упражнений игровой направленности.
3. Прививать необходимые теоретические знания в области физическойкультуры, спорта, гигиены.
4. Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости.
5. Гармоническое развитие функциональных систем организма ребёнка,повышение жизненного тонуса.
6. Повышение физической и умственной работоспособности школьника.
7. Формирование потребности к систематическим занятиям физическимиупражнениями, ответственности за свое здоровье.
8. Привить учащимся интерес и любовь к занятиям различным видамспортивной и игровой деятельности.
9. Воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Общая характеристика курса

В предметной области «Физическая культура» с целью обеспечения реализации стандарта по физической культуре в 4 классе 1 час двигательной активности введен за счет часов внеурочной деятельности.

Физическая культура, как любой другой предмет, включѐнный в Базисный учебный план, ориентирована на достижение главной цели развития системы школьного образования и определяется как формирование

личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры.

Подвижные и спортивные игры - естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра - ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий. Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально-волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

В процессе игры учащиеся 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 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.

Место учебного курса в учебном плане:

Общее число часов, отведённых на изучение курса «Народные и спортивные подвижные игры» в 4 классе — 34 ч, по 1 часу в неделю.

Содержание курса

4 класс

« Русские игровые традиции»

Тема 1 Здоровый образ жизни(1 час)

Кого мы можем считать здоровым человеком (беседа)

Тема 2 Здоровье в порядке - спасибо зарядке! (1 час)

Комплекс упражнений для утренней гимнастики.

Тема 3 Личная гигиена (1 час)

Что такое гигиена. Правила личной гигиены.

Тема 4 Профилактика травматизма(1 час)

Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса.

Тема 5 Нарушение осанки(1 час)

Упражнения для укрепления осанки

Русские игровые традиции в подвижных играх

Тема 6 «Зазывалки» (1 час)

Зазывалки перед игрой, как метод сбора участников будущей совместной игры при помощи специальной речевки, имеет давнюю традицию. Зазывалки использовались как зачин, призывающий потенциальных участников к игре: Чижик-пыжик воробушек, По улоньке скачет, Девиц собирает. Поиграть-поплясать Себя показать? Призыв к игре сопровождался подпрыгиванием на месте или по кругу, а произносивший их должен был вытянуть вперед руку с отогнутым большим пальцем. Желающие играть должны были схватить зазывалу за палец кулаком и в свою очередь отогнуть свой большой палец. Все это время зазывала произносил приговор с указанием названия игры. Когда набиралось

достаточное количество игроков, зазывала заканчивал набор: Тай-тай, налетай! Никого не принимай! Так как в большинстве игр требуется водящий, нередко зазывалка использовалась заодно и для его определения: Последнему? водить! В тех случаях, когда зазывалка не определяла водящего или такового не было в самой игре (например, в командных играх), использовали жребий или считалку.

Тема 7 «Жребий» (1 час)

Жребий в игровой традиции выполняет функцию высшей справедливости. Его решению при распределении игровых ролей все обязаны подчиняться беспрекословно. Обычно жеребьевка предназначена для тех игр, в которых предусмотрено две команды. Из числа самых ловких игроков выбираются две матки (капитана), затем ребята, примерно равные по силам и возрасту, отходят парами в сторону, сговариваются и, договорившись, подходят к маткам: Мати, мати, Что вам дати? и спрашивают, кто из них кого выбирает: Какого коня? Сивого или златогривого? Или: За печкой заблудился. Или в стакане утопился? И т.**д.**

Тема 8 «Волки во рву» (1 час)

На земле чертиться коридор, шириной около метра обозначающий ров. Его можно было делать различным по ширине и зигзагообразным. Во рву располагаются водящие, волки. Их немного, два или три и они не имеют права покидать ров. Остальные играющие - зайцы. Зайцы стараются перепрыгнуть через ров и не оказаться осаленными волками. Если до зайца дотронулись, он выбывает из игры или сам становится волком. Зайцы ров не перебегают, а перепрыгивают. Если нога зайца коснулась территории рва, это значит, что он провалился в ров и в этом случае также выбывает из игры.

Тема 9 «Волки и овцы» (1 час)

На игровом поле отмежевываются площадки, имеющие 3 - 4 шага в ширину и называемые загонами. Играющие назначают одного из участников пастухом, другого - волком, а остальные остаются в роли овец.

Пространство между загонами, называется полем. На одной из сторон его отделяют чертой небольшое пространство - логовище волка. После этого овцы размещаются в одном из загонов, а сам пастух становится в поле вблизи загона. Волк, предлагает пастуху погнать стадо овец в поле, а сам в это время старается схватить какую-нибудь из них и увлечь в свое логовище. Пастух старается оградить овец, направляющихся в противоположный загон, от волка. Пойманные волком становятся его помощниками. Помощники не могут ловить овец, но могут их всячески задерживать, мешая вернуться в загон. После очередной поимки волк вновь обращается к пастуху со словами: гони стадо в поле, и игра продолжается. Число помощников волка постепенно увеличивается, и он каждый раз вместе с ними продолжает выходить на охоту за овцами. Волк не должен оставлять логовища до тех пор, пока овцы не выйдут из своего загона и не двинутся по направлению к противоположному. Волк может ловить овец лишь в поле.

Тема 10 «Медведь и вожак» (1 час)

Для игры необходима веревка длиной в 1,5-2 метра. Одного из участников назначают медведем, другого вожаком. Они берут в руки противоположные концы веревки, а остальные играющие группируются в 4-6 шагах от них. По сигналу, данному вожаком, игра начинается, и все бросаются на медведя, стараясь запятнать его. Вожак, охраняя последнего, в свою очередь пытается запятнать каждого приближающегося к медведю, прежде чем медведь получит 5-6 легких ударов. Если вожаку это удается, запятнанный им игрок становится медведем. А в том же случае, если медведь получит вышеуказанное количество ударов, и вожак не успеет запятнать кого-либо, то он сам становится медведем, а нанесший последний удар - вожаком.

Пятнающие медведя должны вслух заявить о нанесенном ударе, причем удары могут быть наносимы лишь поочередно, а не одновременно двумя или несколькими играющими. В начале и во время игры, при каждой смене

центральных действующих лиц: вожака и медведя, остальныеучаствующие не должны подходить к ним ближе, чем на 4-6 шагов, до тех пор, пока вожак не даст сигнала. За нарушение последнего правила, в наказание полагается роль медведя.

Тема 11 «Водяной» (1 час)

Водяной (водящий) сидит в кругу с закрытыми глазами. Играющие водят вокруг него хоровод со словами: Дедушка водяной, Что сидишь ты под водой? Выгляни на чуточку,На одну минуточку. Круг останавливается и водяной встает и, не открывая глаз, подходит к одному из играющих. Задача водяного - определить, кто перед ним. Если водяной угадал, он меняется ролью и теперь тот, чьё имя было названо, становится водящим. Водяной может трогать стоящего перед ним игрока, но глаза открывать нельзя.

Тема 12 «Невод» (1 час)

Игра проходит на ограниченной площадке, пределы которой нельзя пересекать никому из играющих. Двое или трое игроков берутся за руки, образуя невод. Их задача - поймать как можно больше плавающих рыб, т.е. остальных игроков. Задача рыб - не попасться в невод. Если рыбка оказалась в неводе, то она присоединяется к водящим и сама становится частью невода. Игра продолжается до того момента, пока не определится игрок, оказавшийся самой проворной рыбкой. Рыбки не имеют права рвать невод, т.е. расцеплять руки у водящих

Тема 13 «Чехарда» (1 час)

Один из игроков выбирается на роль козла. Оставшиеся по очереди должны через него перепрыгивать. Кто не сумел перепрыгнуть через козла, или его свалил, или сам упал после прыжка, становится на место козла, а бывший козел идет прыгать. Для сложности вместо одного козла можно выбирать нескольких, и прыгающий должен преодолеть без ошибок всю цепочку. Козлу запрещено умышленно прогибаться, уворачиваться или иным способом мешать прыгающему.

Тема 14 «Птицелов» (1 час)

Играющие определяют одного игрока, который становится птицеловом. Оставшиеся выбирают себе названия птиц, крику которых они могут подражать и становятся птицами. Птицы встают в круг, в центре которого ? птицелов с завязанными глазами. Птицы ходят вокруг птицелова и произносят нараспев: В лесу, во лесочке, На зеленом дубочке. Птички весело поют, Ай! Птицелов идет! Он в неволю нас возьмет, Птицы, улетайте! Птицелов хлопает в ладоши, играющие останавливаются на месте, и водящий начинает искать птиц. Тот, кого он нашел, подражает крику птицы, которую он выбрал. Птицелов угадывает название птицы и имя пойманного. После чего этот игрок сам становится птицеловом. Если птицелов ошибается, то игра продолжается в тех же ролях. Играющие не должны прятаться за предметы, встречающиеся на пути.Игроки обязаны останавливаться на месте точно по сигналу.

Тема 15 «Жмурки» (1 час)

С помощью считалки выбирают водящего жмурку. Ему завязывают глаза, отводят на середину игровой площадки, заставляют несколько раз повернуться вокруг себя и спрашивают:

- Кот, кот, на чем стоишь?
- На квашне.
- Что в квашне?
- Квас.
- Лови мышей, а не нас!

После этих слов участники игры разбегаются, а жмурка их ловит.

Пойманный меняется ролями с водящим. Жмурке запрещено сдвигать с глаз повязку, а убегающие не имеют права покидать площадку.

Тема 16 Профилактика травматизма(1 час)

Инструкция по ТБ.

Тема 17 «Дуга» (1 час)

Для игры натягивается веревочка и игроки по очереди должны пройти

под ней, прогнувшись. При этом нельзя падать и задевать саму веревку. С каждым коном веревка опускается все ниже и ниже и в конце побеждает самый гибкий и упорный.

Тема 18 «Кот и мышь» (1 час)

Игроки (не более пяти пар) встают в два ряда лицом друг к другу, берутся за руки, образуя небольшой проход - нору. В одном ряду стоят коты, в другом - мыши. Игру начинает первая пара: кот ловит мышь, а та бегает вокруг играющих. В опасный момент мышь может спрятаться в коридоре, образованном сцепленными руками игроков. Как только кот поймал мышь, игроки встают в ряд. Начинает игру вторая пара. Игра продолжается, пока коты не переловят всех мышей. Правила игры. Коту нельзя забегать в нору. Кот и мыши не должны убегать далеко от норы.

Тема 19 «Ляпка» (1 час)

Один из играющих - водящий, его называют ляпкой. Водящий бегает за участниками игры, старается кого-то осалить, приговаривая: "На тебе ляпку, отдай ее другому!" Новый водящий догоняет игроков и старается кому-то из них передать ляпку. Так играют в Кировской области. А в Смоленской области в этой игре водящий ловит участников игры и у пойманного спрашивает: "У кого был?" - "У тетки".- "Что ел?" - "Клёцки".- "Кому отдал?" Пойманный называет по имени одного из участников игры, и названный становится водящим. Правила игры. Водящий не должен преследовать одного и того же игрока. Участники игры внимательно наблюдают за сменой водящих.

Тема 20 «Заря» (1 час)

Дети встают в круг, руки держат за спиной, а один из играющих - заря

- ходит сзади с лентой и говорит:Заря-зарница,

Красная девица, По полю ходила, Ключи обронила,Ключи золотые, Ленты голубые, Кольца обвитые -За водой пошла.

С последними словами водящий осторожно кладет ленту на плечо одному из играющих, который, заметив это, быстро берет ленту, и они оба

бегут в разные стороны по кругу. Тот, кто останется без места, становится зарей. Игра повторяется. Правила игры. Бегущие не должны пересекать круг. Играющие не поворачиваются, пока водящий выбирает, кому положить на плечо платок.

Тема 21 «Гуси» (1 час)

На площадке чертят небольшой круг, в середине его сидит волк. Играющие, взявшись за руки, встают в большой круг. Между кругом, где сидит волк, и хороводом встают в небольшой круг гусенята. Играющие в хороводе идут по кругу и спрашивают гусенят, которые также ходят по кругу и отвечают на вопросы:

- Гуси, вы гуси!
- Га-га-га, га-га-га!
- Вы, серые гуси!
- Га-га-га, га-га-га!
- Где, гуси, бывали?
- Га-га-га, га-га-га!
- Кого, гуси, видали?
- Га-га-га, га-га-га!
- С окончанием последних слов волк выбегает из круга и старается поймать гусенка. Гуси разбегаются и прячутся за стоящих в хороводе.

Пойманного гусенка волк ведет в середину круга - в логово. Гуси встают в круг и отвечают:

Мы видели волка, Унес волк гусенка,Самого лучшего.

Самого большого

Далее следует перекличка хоровода и гусей:

- А, гуси, вы гуси!
- Га-га га, га га га!
- Щиплите-ка волка,Выручайте гусенка!

Гуси машут крыльями, с криком га-га бегают по кругу, донимают волка. Пойманные гусенята в это время стараются улететь из круга, а волк

их не пускает. Игра заканчивается, когда все пойманные гуси уходят от волка. Игра повторяется, но играющие в хороводе становятся гусями, а гуси встают в хоровод. Волка выбирают. Правила игры. Хоровод гусей и гусята идут по кругу в разные стороны. Текст должны проговаривать все дружно. Пойманный гусенок может выйти из круга только тогда, когда кто-то из играющих коснулся рукой волка.

Тема 22 «Удар по веревочке» (1 час)

Для игры необходима замкнутая в круг веревочка. Игроки берутся обеими руками за веревочку с внешней стороны. Выбирается один водящий, который должен находиться в центре круга, образованного веревочкой. Цель водящего – посалить, т.е. ударить по руке одного из играющих находящихся с внешней стороны круга. Те, кто находятся с внешней стороны круга, во время атаки водящего могут отпустить от веревочки только одну руку. Если играющий отпускает от веревочки две руки или по одной из них попадает водящий, то уже именно он становится в круг и игра продолжается дальше.

Тема 23 «Зайки» (1 час)

Игра проводиться на открытом пространстве. Из всех игроков выбирается один охотник, все остальные изображают зайцев, стараясь прыгать на двух ногах. Задача охотника поймать самого не проворного зайца, осалив его рукой. Но в игре существует одно немаловажное условие, охотник не имеет права ловить зайца, если тот находится на "дереве". В контексте данной игры деревом будет являться любая щепочка или же пенек. Это условие сильно усложняет охотнику жизнь, что часто во время игры приводи его в негодование. Однако, как только удается осалить одного из зайцев, он тут же становится охотником, принимая на себя незавидную обязанность – ловить зайцев.

Тема 24 «Прыганье со связанными ногами» (1 час)

Всем участникам завязываются ноги плотной широкой веревкой или платком. После чего все становятся около исходной линии и по сигналу

начинают прыгать в сторону финишной черты. Победителем является тот, кто быстрее всех преодолел расстояние. Расстояние не должно быть слишком большим, так как прыгать с завязанными ногами достаточно тяжело.

Тема 25 «У медведя во бору» (1 час)

Игра для самых маленьких. Из всех участников игры выбирают одного водящего, которого назначают "медведем". На площадки для игры очерчивают 2-ва круга. 1-ый круг – это берлога "медведя", 2-ой – это дом, для всех остальных участников игры.

Начинается игра, и дети выходят из дома со словами:У медведя во бору
Грибы, ягоды беру.А медведь не спит,И на нас рычит.

После того, как дети произносят эти слова, "медведь" выбегает из берлоги и старается поймать кого-либо из деток. Если кто-то не успевает убежать в дом и "медведь" ловит его, то уже сам становится "медведем" и идет в берлогу.

Тема 26 «Гуси» (1 час)

Дети делятся на 2-ве команды. В центре площадки чертится круг. Игроки, по одному от команды, выходят в круг, поднимают левую ногу назад, берутся за нее рукой, а правую руку вытягивают вперед. По сигналу игроки начинают толкаться ладонями вытянутых рук. Побеждает игрок, которому удастся вытолкнуть соперника за пределы круга или же если соперник встанет на обе ноги. Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.

Тема 27 «Бой петухов» (1 час)

Игра проводится практически по тем же правилам, что и игра Гуси. Основное отличие заключается в том, что игроки, прыгая на одной ноге, закладывают руки за спину и толкаются не ладошками, а плечо в плечо. Побеждает игрок, которому удастся вытолкнуть соперника за пределы круга или же если соперник встанет на обе ноги. Побеждает команда, набравшая большее количество индивидуальных побед.

Тема 28 «Переездной конь» (1 час)

В игре могут с успехом принимать участие, как взрослые, так и дети, особенно во время массовых праздников. Все участники делятся на две команды: одни – "кони", другие – "наездники". "Наездники" садятся на "коней" и образуют круг. Одному из "наездников" вручается мяч. "Наездники" передают мяч по кругу в ту или иную сторону, например, вправо. И нужно, чтобы мяч прошел несколько кругов, по договоренности до игры. После чего команды меняются местами, но, как правило, игра складывается иначе. Если во время переброски мяча он оказывается на земле, то команды моментально меняются местами: "кони" становятся "наездниками", а "наездники" – "лошадками".

Тема 29 «Зелёная репка» (1час)

Все играющие встают в круг, берутся за руки, поют песню:

Зелёная репка, держись крепко,кто оборвётся, тот не вернётся. Раз, два, три.

На счёт «три» все проворачиваются вокруг себя, кому как захочется, но руки стараются не расцеплять. Кто разорвёт руки, входит в круг, остальные повторяют песню. И так несколько раз.

Тема 30 «Дударь» (1 час)

Выбирается Дударь, становится в круг. Вокруг него идёт хоровод и поёт песню:

Дударь, Дударь, Дударищестарый, старый старичище.

Его под колоду, его под сырую,его под гнилую.

– Дударь, Дударь, что болит?

Дударь показывает и называет, что у него болит (рука, голова, спина, коленка и т.д.), все кладут руки друг другу на это место и снова начинают ходить по кругу с песней.

Дударь, Дударь, Дударище

старый, старый старичище. и т.д.

Когда надоест играть, Дударь говорит: «Выздоровел!»

Тема 31 «Капустка» (1 час)

Все берутся за руки, начинают петь песню:

Ах, капустка, рассадка моя, только милому досадка одна. Ах, капустка, легко стелется – двое ходят – третий сердится. Ах, капустка, золотой корешок,

а мой милый – золотой женишок!

Со словами: Вейся, вейся, завивайся круг в одном месте (возле ведущего) разрывается и все начинают, как спираль закручиваться вокруг одного из концов (где нет ведущего). Затем со словами: Вейся, вейся, развивайся - ведущий начинает быстро раскручивать спираль (можно – быстро, змейкой и восьмёркой, рывками).

Тема 32 «Солнышко» (1 час)

По считалке выбирают водящего – «Солнышко». Остальные дети встают в круг. «Солнышко» стоит посредине круга, все поют:

Гори, солнце, ярче!Лето будет жарче, А зима теплее,

А весна милее!

Первые две строчки идут хороводом, на последующие две поворачиваются лицом друг к другу, делают поклон, затем подходят ближек «Солнцу», оно говорит «ГОРЯЧО!» и догоняет детей. Догнав играющего,дотрагивается до него, ребёнок замирает и выбывает из игры.

Тема 33 «В круги» (1 час)

Выбирается водящий. Игроки образуют круг. В центре с закрытыми глазами стоит водящий. Все ходят вокруг него и поют:

Отгадай, чей голосок,Становися во кружокИ скорей кого-нибудь

Своей полочкой коснись.Отвечай поскорей, Отгадать поторопись!

Затем останавливаются, а водящий ощупывает у всех головы. Тот, кого он верно назовет по имени, идет в круг водящим.

Тема 34 «Медом или сахаром» (1 час)

Играющие делятся на две команды: выбирают, кем быть – медом или сахаром. Затем берут палку и тянут ее за оба конца. Соревнуются, на чей стороне больше меда или сахара.

Планируемые образовательные результаты

Изучение курса в 4 классе направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета.

Личностные результаты

- умение оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции, понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;
- умение выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах игровой деятельности

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- уметь определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

- иметь необходимые сведения о видах изученных игр, правилах игр;
- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

- разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации;
- формировать навыки позитивного коммуникативного общения;

Предметные результаты

- организовывать отдых и досуг средствами физической культуры;
- формировать потребность выражать себя в игре, уметь использовать накопленные знания;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.