

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 118 КРАСНОАРМЕЙСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО  
учителей старшей  
школы



А.Р. Мкртчян

протокол №1  
от 28.08.2025

СОГЛАСОВАНО

Методист



Н.В. Маслова

протокол педсовета №1  
от 29.08.2025

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ СШ  
№ 118



В.В. Носачёв

приказ № 265-У  
от 29.08.2025

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Чемпион»**

**для обучающихся 1-4 классов**

2025 – 2026 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от учащихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно-сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией “встраивания” разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего школьника и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности “Чемпион” направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса, адаптация первоклассников. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье учащихся в дальнейшем.

### **Цель:**

содействие всестороннему развитию личности,  
приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

### **Задачи:**

укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;  
обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;  
воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам,  
формировать коммуникативные компетенции.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Чемпион» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность учащихся, поэтому необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – 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 учащихся. По содержанию все народные 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 с более высокой ступени развития.

В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы учащихся, 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).

Рабочая программа «Чемпион» разработана на весь уровень начального общего образования (1-4 классы) и с проведением занятий 2 раза в месяц (2 часа), 18 часов (в год). Содержание программы отвечает требованиям к организации внеурочной деятельности.

### **Личностные и метапредметные результаты деятельности.**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

В сфере познавательных универсальных учебных действий будут являться умения:

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», характеризовать значение занятий по оздоровлению;
- раскрывать понятия: синхронно, выворотню, музыкально, ритмично;
- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни.

В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут являться умения:

организовывать места занятий физическими упражнениями и играми с музыкальным сопровождением в сотрудничестве с учителем;

соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;

адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;

оценивать правильность выполнения действия;

адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;

проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;

организовывать и проводить игры на переменах, утреннюю зарядку с музыкальным сопровождением;

самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия.**

учащийся научится:

учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам;

контролировать действия партнёра в парных упражнениях;

осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;

задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

Первостепенным результатом реализации программы «Чемпион» будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

**Тематическое планирование  
с определением основных видов  
внеурочной деятельности учащихся**

**1 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные виды деятельности</b>
1	Вводное занятие.	1	Понимание роли и значения занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья; высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни. Оздоровительная минутка. Разыгрывание ситуации на тему «Здоровье».
2	Русские народные игры.	5	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры, познавать традиции, обычаи, особенности жизни своего народа, приобщаться к его культуре.
3	Игры на развитие психических процессов.	5	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Развитие восприятия, памяти, мышления, внимания. Коррекция эмоциональной сферы учащихся.
4	Подвижные игры.	7	Разучивать правила поведения во время игр, разучивать правила игры. Умение сотрудничать в коллективе сверстников в процессе проведения подвижных игр. Учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению. Овладеть навыками самоконтроля в общении со сверстниками. Разучивать и знать правила поведения во время игр.
Всего:		18	

**Тематическое планирование  
с определением основных видов  
внеурочной деятельности учащихся**

**2 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные виды деятельности</b>
1	Вводное занятие.	1	Основы знаний о народной подвижной игре. Понимание роли и значения занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья; высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни. Оздоровительная минутка. Разыгрывание ситуации на тему «Здоровье».
2	Подвижные игры.	6	Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей. Знать правила поведения во время игр, самостоятельно играть в разученные игры.
3	Подвижные игры разных народов.	6	Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Овладеть навыками самоконтроля в общении со сверстниками. Учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению.
4	Эстафеты.	5	Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом и прыжками, с преодолением препятствий, самостоятельно играть в разученные игры. Развитие скоростно-силовых способностей. Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр. Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.
Всего:		18	

**Тематическое планирование  
с определением основных видов  
внеурочной деятельности учащихся**

**3 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные виды деятельности</b>
1	Вводное занятие.	1	Понимание роли и значения занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья; высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни. Оздоровительная минутка. Разыгрывание ситуации на тему «Здоровье».
2	Техника безопасности.	2	Знать технику безопасности во время занятий спортивной деятельностью. Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.
3	Беседы.	2	Уметь ухаживать за своим организмом, знать правила личной гигиены, знать правила закаливания организма.
4	Игры.	13	Знать правила поведения во время игр, самостоятельно играть в разученные игры. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры. Овладеть навыками самоконтроля в общении со сверстниками.
Всего:		18	

**Тематическое планирование  
с определением основных видов  
внеурочной деятельности учащихся**

**4 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные виды деятельности</b>
1	Вводное занятие.	1	Понимание роли и значения занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья; высокий уровень информированности учащихся о здоровом образе жизни.
2	Техника безопасности.	2	Знать технику безопасности при занятиях подвижными играми на свежем воздухе.
3	Беседы.	2	Здоровьесберегающие беседы. «Как сохранить здоровье, где можно и где нельзя играть». Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.
4	Подвижные игры.	5	Научиться планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Самостоятельно оценивать правильность выполнения действий. Знать правила поведения во время игр, самостоятельно играть в разученные игры. Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки учащегося.
5	Эстафеты.	2	Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей. Знать правила поведения во время игры, самостоятельно играть в различные игры. Умение выполнять общеобразовательные упражнения.
6	Русские народные игры.	6	Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. Познавать традиции, обычаи, особенности жизни своего народа, приобщаться к его культуре.
Всего:		18	

**Календарно - тематическое планирование**

**1 класс**

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Сроки проведения</b>
1	Вводное занятие. Техника безопасности при занятиях подвижными играми.	Сентябрь 1 неделя
2	Русские народные игры «У медведя во бору», «Филин и пташка».	Сентябрь 4 неделя
3	Русские народные игры «Горелки», «Кот и мышь», «Блуждающий мяч».	Октябрь 1 неделя
4	Русская народная игра «Зарница».	Октябрь 4 неделя
5	Русские народные игры «У медведя во бору», «Филин и пташка».	Ноябрь 1 неделя
6	Русские народные игры «Горелки», «Кот и мышь», «Блуждающий мяч».	Ноябрь 4 неделя
7	Игры на развитие восприятия.	Декабрь 1 неделя
8	Упражнения и игры на внимание.	Декабрь 4 неделя
9	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игры на развитие памяти.	Январь 3 неделя
10	Игры на развитие воображения.	Январь 4 неделя
11	Игры на развитие мышления и речи.	Февраль 1 неделя
12	Игры с мячом «Охотники и утки», «Удочка».	Февраль 4 неделя
13	Игры «Класс, смирно», «За флажками», «Море волнуется – раз».	Март 1 неделя
14	Весёлые старты с мячом. Игра «Волк во рву».	Март 4 неделя
15	Весёлые старты со скакалкой. Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки».	Апрель 1 неделя
16	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель», «Белки, волки, лисы».	Апрель 4 неделя
17	Игра «Перемена мест», «Совушка».	Май 1 неделя
18	Игра «Салки с мячом», «Прыгай через ров».	Май 4 неделя

## Календарно – тематическое планирование

### 2 класс

№	Тема занятия	Сроки проведения
1	Введение. Техника безопасности при занятиях подвижными играми.	Сентябрь 1 неделя
2	Основы знаний о народной подвижной игре. Игра «Пятнашки».	Сентябрь 4 неделя
3	Подвижные игры. Игра «Лапта». Игра «Карусель».	Октябрь 1 неделя
4	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть! Игра «Блуждающий мяч».	Октябрь 4 неделя
5	Игры-эстафеты.	Ноябрь 1 неделя
6	Эстафеты с мячами. Игра «Бег по кочкам».	Ноябрь 4 неделя
7	Эстафеты с мячами. Игра «Бег по кочкам».	Декабрь 1 неделя
8	Подвижные игры разных народов. Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	Декабрь 4 неделя
9	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игры мордовского народа. «Котел», «Михасик». Игры белорусского народа. «Прела-горела».	Январь 3 неделя
10	Игры татарского народа. «Серый волк», «Скок-перескок». Игры народов Востока. «Скачки».	Январь 4 неделя
11	Игры украинского народа. «Высокий дуб», «Колдун». Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч».	Февраль 1 неделя
12	Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки».	Февраль 4 неделя
13	Игры калмыцкого народа. «Альчики», «Забрасывание белого мяча».	Март 1 неделя
14	Эстафеты с бегом и прыжками.	Март 4 неделя
15	Эстафеты с бегом и прыжками.	Апрель 1 неделя
16	Эстафеты с преодолением препятствий.	Апрель 4 неделя
17	Веселые старты со скакалками и мячами.	Май 1 неделя
18	Веселые старты со скакалками и мячами.	Май 4 неделя

## Календарно - тематическое планирование

### 3 класс

№	Тема занятия	Сроки проведения
1	Введение. Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игра «Берегись, Буратино».	Сентябрь 1 неделя
2	Игры «Не ошибись», «Беги и собирай».	Сентябрь 4 неделя
3	Беседа. Твой организм. Игра «Кот проснулся».	Октябрь 1 неделя
4	Игры «Стань правильно», «Карлики и великаны».	Октябрь 4 неделя
5	Игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения».	Ноябрь 1 неделя
6	Игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам».	Ноябрь 4 неделя
7	«Фигуры», «Флюгер».	Декабрь 1 неделя
8	Игры «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики».	Декабрь 4 неделя
9	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игры « Пчелки», «Красная Шапочка».	Январь 3 неделя
10	Беседа «Личная гигиена». Игры «Летает - не летает», «Статуя».	Январь 4 неделя
11	Игры «Не ошибись», «Беги и собирай».	Февраль 1 неделя
12	Игры «Берегись, Буратино», «Жмурки».	Февраль 4 неделя
13	«Зима - лето», «Космонавты».	Март 1 неделя
14	Игры « Пчелки», «Красная Шапочка».	Март 4 неделя
15	Игры «Птица без гнезда», «Быстро по местам».	Апрель 1 неделя
16	Игры «Дети и медведь», «Гуси - лебеди».	Апрель 4 неделя
17	Игры «Пятнашки», «Зима - лето».	Май 1 неделя
18	Игры «Зима - лето», «Космонавты».	Май 4 неделя

## Календарно – тематическое планирование

### 4 класс

№	Тема занятия	Сроки проведения
1	Введение. Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игра «День и ночь».	Сентябрь 1 неделя
2	Игры «Колдунчик», «Салки - выручалки».	Сентябрь 4 неделя
3	Игры «Хитрая лиса», «Зима – лето».	Октябрь 1 неделя
4	Беседа: «В здоровом теле - здоровый дух!». Игра «Гуси и волк».	Октябрь 4 неделя
5	Игры «Волк во рву», «Пустое место».	Ноябрь 1 неделя
6	Игра «Шишки, желуди, орехи».	Ноябрь 4 неделя
7	Эстафета: «Полоса препятствий».	Декабрь 1 неделя
8	Игры «Космонавты», «Зима – лето».	Декабрь 4 неделя
9	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игра «Воробьи вороны».	Январь 3 неделя
10	Игры «Два мороза», «К своим флажкам».	Январь 4 неделя
11	Русские народные игры «Охотники и зайцы», «Пятнашки».	Февраль 1 неделя
12	Игры «Гуси и волк», «Салки - выручалки».	Февраль 4 неделя
13	Беседа: «Здоровье в порядке - спасибо зарядке!». Игра «Пустое место».	Март 1 неделя
14	Русские народные игры «Краски», «Гори, гори ясно».	Март 4 неделя
15	Русская народная игра «Третий лишний».	Апрель 1 неделя
16	Русская народная игра «Салки».	Апрель 4 неделя
17	«Веселые старты».	Май 1 неделя
18	Русские народные игры «Охотники и зайцы», «Пятнашки».	Май 4 неделя

## Список литературы

1. Бутин И.М., Викулов А.Д. «Развитие физических способностей учащихся 1-4 классов». - М.: Владос, 2014.
2. Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья». – М.: Вако, 2014.
3. Лях В.И. «Мой друг – физкультура: 1-4 кл.». М.: Просвещение, 2015.
4. Назаренко Л.Д. «Оздоровительные основы физических упражнений». - М.: Владос, 2016.
5. Обухов Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. «Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы. 1-4 классы». – М.: Вако, 2015.
6. Смирнова Л.А. «Общеобразовательные упражнения для младших школьников». – М.: Владос, 2015.
7. Смирнова Л.А. «Общеобразовательные упражнения с предметами для младших школьников». – М.: Владос, 2014.
8. О.В. Белоножкина «Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы». – В.: Учитель, 2017г.
9. П.А. Киселев, С.Б. Киселева «Справочник учителя физической культуры». - В.: Учитель, 2014г.

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 118 Красноармейского района Волгограда»**

400031, г.Волгоград, ул.Российская, 8

тел/факс 62-02-02

ИНН 3448015823

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ СШ №118  
\_\_\_\_\_/В.В.Носачёв/  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022г.

**График  
проведения занятий по программе внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной  
направленности «Чемпион» в 1 классе МОУ СШ № 118 Красноармейского района Волгограда  
на 2022 – 2023 учебный год**

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Сроки проведения</b>
1	Вводное занятие. Техника безопасности при занятиях подвижными играми.	Сентябрь 1 неделя
2	Русские народные игры «У медведя во бору», «Филин и пташка».	Сентябрь 4 неделя
3	Русские народные игры «Горелки», «Кот и мышь», «Блуждающий мяч».	Октябрь 1 неделя
4	Русская народная игра «Зарница».	Октябрь 4 неделя
5	Русские народные игры «У медведя во бору», «Филин и пташка».	Ноябрь 1 неделя
6	Русские народные игры «Горелки», «Кот и мышь», «Блуждающий мяч».	Ноябрь 4 неделя
7	Игры на развитие восприятия.	Декабрь 1 неделя
8	Упражнения и игры на внимание.	Декабрь 4 неделя
9	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игры на развитие памяти.	Январь 3 неделя
10	Игры на развитие воображения.	Январь 4 неделя
11	Игры на развитие мышления и речи.	Февраль 1 неделя
12	Игры с мячом «Охотники и утки», «Удочка».	Февраль 4 неделя
13	Игры «Класс, смирно», «За флажками», «Море волнуется – раз».	Март 1 неделя
14	Весёлые старты с мячом. Игра «Волк во рву».	Март 4 неделя
15	Весёлые старты со скакалкой. Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки».	Апрель 1 неделя
16	Игры на свежем воздухе «Два Деда Мороза», «Метко в цель», «Белки, волки, лисы».	Апрель 4 неделя
17	Игра «Перемена мест», «Совушка».	Май 1 неделя
18	Игра «Салки с мячом», «Прыгай через ров».	Май 4 неделя

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 118 Красноармейского района Волгограда»**

400031, г.Волгоград, ул.Российская, 8

тел/факс 62-02-02

ИНН 3448015823

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ СШ №118  
\_\_\_\_\_/В.В.Носачёв/  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022г.

**График  
проведения занятий по программе внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной  
направленности «Чемпион» во 2 классе МОУ СШ № 118 Красноармейского района Волгограда  
на 2022 – 2023 учебный год**

№	Тема занятия	Сроки проведения
1	Введение. Техника безопасности при занятиях подвижными играми.	Сентябрь/1 неделя
2	Основы знаний о народной подвижной игре. Игра «Пятнашки».	Сентябрь/4 неделя
3	Подвижные игры. Игра «Лапта». Игра «Карусель».	Октябрь/1 неделя
4	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть! Игра «Блуждающий мяч».	Октябрь/4 неделя
5	Игры-эстафеты.	Ноябрь/1 неделя
6	Эстафеты с мячами. Игра «Бег по кочкам».	Ноябрь/4 неделя
7	Эстафеты с мячами. Игра «Бег по кочкам».	Декабрь/1 неделя
8	Подвижные игры разных народов. Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».	Декабрь/4 неделя
9	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игры мордовского народа. «Котел», «Михасик». Игры белорусского народа. «Прела-горела».	Январь/3 неделя
10	Игры татарского народа. «Серый волк», «Скок-перескок». Игры народов Востока. «Скачки».	Январь/4 неделя
11	Игры украинского народа. «Высокий дуб», «Колдун». Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч».	Февраль/1 неделя
12	Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки».	Февраль/4 неделя
13	Игры калмыцкого народа. «Альчики», «Забрасывание белого мяча».	Март/1 неделя
14	Эстафеты с бегом и прыжками.	Март/4 неделя
15	Эстафеты с бегом и прыжками.	Апрель/1 неделя
16	Эстафеты с преодолением препятствий.	Апрель/4 неделя
17	Веселые старты со скакалками и мячами.	Май/1неделя
18	Веселые старты со скакалками и мячами.	Май/4 неделя

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 118 Красноармейского района Волгограда»**

400031, г.Волгоград, ул.Российская, 8

тел/факс 62-02-02

ИНН 3448015823

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ СШ №118  
\_\_\_\_\_/В.В.Носачёв/  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022г.

**График  
проведения занятий по программе внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной  
направленности «Чемпион» в 3 классе МОУ СШ № 118 Красноармейского района Волгограда  
на 2022 – 2023 учебный год**

№	Тема занятия	Сроки проведения
1	Введение. Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игра «Берегись, Буратино».	Сентябрь/1 неделя
2	Игры «Не ошибись», «Беги и собирай».	Сентябрь/4 неделя
3	Беседа. Твой организм. Игра «Кот проснулся».	Октябрь/1 неделя
4	Игры «Стань правильно», «Карлики и великаны».	Октябрь/4 неделя
5	Игры «К своим флажкам», «Запрещенные движения».	Ноябрь/1 неделя
6	Игры «У ребят порядок строгий», «Быстро по местам».	Ноябрь/4 неделя
7	«Фигуры», «Флюгер».	Декабрь/1 неделя
8	Игры «Совушка», «Воробьи - попрыгунчики».	Декабрь/4 неделя
9	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игры « Пчелки», «Красная Шапочка».	Январь/3 неделя
10	Беседа «Личная гигиена». Игры «Летает - не летает», «Статуя».	Январь/4 неделя
11	Игры «Не ошибись», «Беги и собирай».	Февраль/1 неделя
12	Игры «Берегись, Буратино», «Жмурки».	Февраль/4 неделя
13	«Зима - лето», «Космонавты».	Март/1 неделя
14	Игры « Пчелки», «Красная Шапочка».	Март/4 неделя
15	Игры «Птица без гнезда», «Быстро по местам».	Апрель/1 неделя
16	Игры «Дети и медведь», «Гуси - лебеди».	Апрель/4 неделя
17	Игры «Пятнашки», «Зима - лето».	Май/1неделя
18	Игры «Зима - лето», «Космонавты».	Май/4 неделя

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 118 Красноармейского района Волгограда»**

400031, г.Волгоград, ул.Российская, 8

тел/факс 62-02-02

ИНН 3448015823

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ СШ №118  
\_\_\_\_\_/В.В.Носачёв/  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022г.

**График  
проведения занятий по программе внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной  
направленности «Чемпион» в 4 классе МОУ СШ № 118 Красноармейского района Волгограда  
на 2022 – 2023 учебный год**

№	Тема занятия	Сроки проведения
1	Введение. Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игра «День и ночь».	Сентябрь/1 неделя
2	Игры «Колдунчик», «Салки - выручалки».	Сентябрь/4 неделя
3	Игры «Хитрая лиса», «Зима – лето».	Октябрь/1 неделя
4	Беседа: «В здоровом теле - здоровый дух!». Игра «Гуси и волк».	Октябрь/4 неделя
5	Игры «Волк во рву», «Пустое место».	Ноябрь/1 неделя
6	Игра «Шишки, желуди, орехи».	Ноябрь/4 неделя
7	Эстафета: «Полоса препятствий».	Декабрь/1 неделя
8	Игры «Космонавты», «Зима – лето».	Декабрь/4 неделя
9	Техника безопасности при занятиях подвижными играми. Игра «Воробьи вороны».	Январь/3 неделя
10	Игры «Два мороза», « К своим флажкам».	Январь/4 неделя
11	Русские народные игры «Охотники и зайцы», «Пятнашки».	Февраль/1 неделя
12	Игры «Гуси и волк», «Салки - выручалки».	Февраль/4 неделя
13	Беседа: «Здоровье в порядке - спасибо зарядке!». Игра «Пустое место».	Март/1 неделя
14	Русские народные игры «Краски», «Гори, гори ясно».	Март/4 неделя
15	Русская народная игра «Третий лишний».	Апрель/1 неделя
16	Русская народная игра «Салки».	Апрель/4 неделя
17	«Веселые старты».	Май/1неделя
18	Русские народные игры «Охотники и зайцы», «Пятнашки».	Май/4 неделя