

**ЧАСТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СМАРТ СКУЛ" (УМНАЯ ШКОЛА)**

*Смарт
Скул*

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
Протокол № 1/08 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
№ 12 от 30.08.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для обучающихся 1– 3 классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Курс разработан в рамках спортивно-оздоровительного направления с целью дополнить учебные часы уроков физической культуры, акцент на подвижные игры сделан исходя из возможностей Школы.

Цели курса:

создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

сформировать у младших школьников мотивацию сохранения и приумножения здоровья посредством подвижной игры

Задачи курса:

обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;

познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

организовать профилактику вредных привычек;

воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням;

развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;

воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Формы внеурочной деятельности: групповая, игра, соревнования, рассказ, демонстрация, эстафеты, конкурсы.

На изучение курса отведено 97 часов: в 1 классе – 29 часов, в 2-3 классах – по 34 часа, урок проводится 1 раз в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

1 класс

Игры с бегом

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».

Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».

Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».

Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

Игры с мячом

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».

Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».

Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».

Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

Игра с прыжками

Теория. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».

Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».

Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».

Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

Игры малой подвижности

Теория. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

Практические занятия:

Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».

Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».

Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».

Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршрутовка.

Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

Зимние забавы

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

Практические занятия:

Игра «Скатывание шаров».

Игра «Гонки снежных комков».

Игра «Клуб ледяных инженеров».

Игра «Мяч из круга».

Игра «Гонка с шайбами».

Игра «Черепахи».

Эстафеты

Теория. Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

Практические занятия:

Беговая эстафета.

Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками).

Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

Народные игры

Теория. Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан – ба»

Разучивание народных игр. Игра «Чижик»

Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»

Разучивание народных игр. Игра «Чехарда».

2 класс

Игры с бегом

Теория. Правила безопасного поведения при проведении. Игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

Практические занятия:

Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»

Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»

Игра «Пустое место».

Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».

Игры с прыжками

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».

Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше».

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».

Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом».

Игры с мячом

Теория. Правила безопасного поведения при играх с мячом.

Практические занятия:

Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».

Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча.

Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч».

Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».

Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.

Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

Игры малой подвижности

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

Практические занятия:

Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».

Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».

Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».

Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

Зимние забавы

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на санках. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

Игра «Лепим снежную бабу».

Игра «Лепим сказочных героев».

Игра «Санные поезда».

Игра «Езда на перекладных».

Эстафеты

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки.

Практические занятия:

Веселые старты.

Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».

Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».

Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».

Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

Народные игры

Теория. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра «Бегунок».

Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка».

Разучивание народных игр. Игра «Котел».

Разучивание народных игр. Игра «Дедушка – сапожник».

3 класс

Игры с бегом

Теория: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, региона, школы.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки».

Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих».

Игры с мячом

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить».

Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча», Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».

Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта».

Игры с прыжками

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».

Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки».

Комплекс ОРУ. Игра «Петушинный бой». Игра «Борьба за прыжки».

Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

Игры малой подвижности

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».

Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.

Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух».

Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».

Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест».

Зимние забавы

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед. Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

Игра «Строим крепость».

Игра «Взятие снежного городка».

Игра «Лепим снеговика».

Игра «Меткой стрелок».

Эстафеты

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Практические занятия:

Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».

Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».

Эстафета «Ведро с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

Народные игры

Теория. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Практические занятия:

Разучивание народных игр. Игра «Горелки».

Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди».

Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы».

Разучивание народных игр. Игра «Мишени».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

установка на безопасный, здоровый образ жизни;

потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;

этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа;

основные нормы гигиены;

ценностное отношение к своему здоровью;

бесконфликтное поведения;

уважительное отношение к культуре других народов;

ценностных отношений к здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре;

установки на здоровый образ жизни и реализации в реальном поведении и поступках;

первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.

Метапредметные результаты

Регулятивные универсальные учебные действия:

понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;

осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;

проявлять познавательную инициативу;

учитывать выделенные учителем ориентиры действия в незнакомой ситуации.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

работать в группе, обращаться за помощью;

формулировать свои затруднения;

предлагать помощь и сотрудничество;

слушать собеседника;

формулировать собственное мнение и позицию;

осуществлять взаимный контроль.

Познавательные универсальные учебные действия
проводить сравнение и классификацию объектов;
понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
проявлять индивидуальные творческие способности;
приобретать знания об основах здорового образа жизни;
строить логическое рассуждение, включающее установление
причинноследственных связей;
осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в
зависимости от конкретных условий.

Предметные результаты

представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и
физической подготовки человека;

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;

находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия
разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

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;

играть в подвижные игры;

соблюдать правила игры;

играть в народные игры;

физическим упражнениям на укрепление здоровья и повышением физической
подготовленности;

применять на практике приобретенные знания о правилах ведения здорового
образа жизни: занятие спортом, правильное питание, отказ от вредных привычек;

применять игры самостоятельно;

организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;

работать в коллективе.

Тематическое планирование

| № п/п | Наименование разделов/тем | Кол-во часов | Возможность использования ЭОР, УММ |
|-------|---------------------------|--------------|--|
| | 1 класс | 29 | |
| 1 | Игры с бегом | 5 | https://resh.edu.ru/subject/7/2/ Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f410de8 |
| 2 | Игры с мячом | 5 | |
| 3 | Игры с прыжками | 4 | |
| 4 | Игры малой подвижности | 4 | |
| 5 | Зимние забавы | 3 | |
| 6 | Эстафеты | 4 | |
| 7 | Народные игры | 4 | |

| № п/п | Наименование разделов/тем | Кол-во часов | Возможность использования ЭОР, УММ |
|-------|---------------------------|--------------|--|
| | 2 класс | 34 | |
| 1 | Игры с бегом | 6 | https://resh.edu.ru/subject/7/2/ Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f410de8 |
| 2 | Игры с прыжками | 4 | |
| 3 | Игры с мячом | 6 | |
| 4 | Игры малой подвижности | 4 | |
| 5 | Зимние забавы | 4 | |
| 6 | Эстафеты | 5 | |
| 7 | Народные игры | 5 | |

| № п/п | Наименование разделов/тем | Кол-во часов | Возможность использования ЭОР, УММ |
|-------|---------------------------|--------------|--|
| | 3 класс | 34 | |
| 1 | Игры с бегом | 5 | https://resh.edu.ru/subject/7/2/ Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f410de8 |
| 2 | Игры с мячом | 5 | |
| 3 | Игры с прыжками | 5 | |
| 4 | Игры малой подвижности | 6 | |
| 5 | Зимние забавы | 3 | |
| 6 | Эстафеты | 6 | |
| 7 | Народные игры | 4 | |

Поурочное планирование

| № п/п | Наименование разделов/тем | Кол-во часов | Дата изучения |
|-------|--|--------------|---------------|
| | 1 класс | 29 | |
| 1 | ТБ. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы» | 1 | |
| 2 | Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору» | 1 | |
| 3 | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски» | 1 | |
| 4 | Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди» | 1 | |
| 5 | Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи» | 1 | |
| 6 | Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу» | 1 | |
| 7 | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» | 1 | |
| 8 | Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели» | 1 | |
| 9 | Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель» | 1 | |
| 10 | Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки» | 1 | |
| 11 | Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля» | 1 | |
| 12 | Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало» | 1 | |
| 13 | Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли» | 1 | |
| 14 | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты» | 1 | |
| 15 | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд» | 1 | |
| 16 | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки» | 1 | |
| 17 | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу» | 1 | |
| 18 | Игра «Кто быстрее встанет в круг» | 1 | |
| 19 | Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комков» | 1 | |
| 20 | Игра «Клуб ледяных инженеров». Игра «Мяч из круга» | 1 | |

| | | | |
|----|---|---|--|
| 21 | Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи» | 1 | |
| 22 | Беговая эстафета | 1 | |
| 23 | Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками) | 1 | |
| 24 | Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками) | 1 | |
| 25 | Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия | 1 | |
| 26 | Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан – ба» | 1 | |
| 27 | Разучивание народных игр. Игра «Чижик» | 1 | |
| 28 | Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота» | 1 | |
| 29 | Разучивание народных игр. Игра «Чехарда» | 1 | |

| № п/п | Наименование разделов/тем | Кол-во часов | Дата изучения |
|-------|---|--------------|---------------|
| | 2 класс | 34 | |
| 1 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Вороны и воробьи» | 1 | |
| 2 | Комплекс ОРУ с рифмованными строчками Игра «Совушка» | 1 | |
| 3 | Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь» | 1 | |
| 4 | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров». Игра «Пустое место» | 1 | |
| 5 | Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо» | 1 | |
| 6 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики» | 1 | |
| 7 | Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки» | 1 | |
| 8 | Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше» | 1 | |
| 9 | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом» | 1 | |
| 10 | Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом» | 1 | |
| 11 | Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи» | 1 | |
| 12 | Развитие глазомера и чувства расстояния. Игра «Охотники и утки» | 1 | |
| 13 | Передача мяча. Метание мяча. Игра «Сбей мяч» | 1 | |
| 14 | Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд» | 1 | |

| | | | |
|----|---|---|--|
| 15 | Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Кто самый меткий» | 1 | |
| 16 | Броски и ловля мяча. Игра «Не упусти мяч» | 1 | |
| 17 | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны» | 1 | |
| 18 | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек» | 1 | |
| 19 | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки» | 1 | |
| 20 | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?» | 1 | |
| 21 | Игра «Лепим снежную бабу» | 1 | |
| 22 | Игра «Лепим сказочных героев» | 1 | |
| 23 | Игра «Санные поезда» | 1 | |
| 24 | Игра «Езда на перекладных» | 1 | |
| 25 | Веселые старты | 1 | |
| 26 | Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек» | 1 | |
| 27 | Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд» | 1 | |
| 28 | Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны» | 1 | |
| 29 | Эстафеты «Стрекозы», «На новое место» | 1 | |
| 30 | История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология | 1 | |
| 31 | Разучивание народных игр. Игра «Бегунок» | 1 | |
| 32 | Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка» | 1 | |
| 33 | Разучивание народных игр. Игра «Котел» | 1 | |
| 34 | Разучивание народных игр. Игра «Дедушка – сапожник» | 1 | |

| № п/п | Наименование разделов/тем | Кол-во часов | Дата изучения |
|-------|--|--------------|---------------|
| | 3 класс | 34 | |
| 1 | Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок» | 1 | |
| 2 | Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки» | 1 | |
| 3 | Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, региона, школы | 1 | |
| 4 | Комплекс ОУР в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Пятнашки с домом». Игра | 1 | |

| | | | |
|----|---|---|--|
| | «Прерванные пятнашки» | | |
| 5 | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих» | 1 | |
| 6 | Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок | 1 | |
| 7 | Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить» | 1 | |
| 8 | Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча», Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч» | 1 | |
| 9 | Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город» | 1 | |
| 10 | Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта» | 1 | |
| 11 | Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок | 1 | |
| 12 | Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок» | 1 | |
| 13 | Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки» | 1 | |
| 14 | Комплекс ОРУ. Игра «Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки» | 1 | |
| 15 | Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?» | 1 | |
| 16 | Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность | 1 | |
| 17 | Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит» | 1 | |
| 18 | Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест» | 1 | |
| 19 | Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух» | 1 | |
| 20 | Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко» | 1 | |
| 21 | Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест» | 1 | |
| 22 | Игра «Строим крепость». Игра «Взятие снежного городка» | 1 | |
| 23 | Игра «Лепим снеговика» | 1 | |
| 24 | Игра «Меткой стрелок» | 1 | |
| 25 | Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», | 1 | |
| 26 | Эстафеты «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка» | 1 | |
| 27 | Эстафеты «Челночный бег», «По цепочке» | 1 | |

| | | | |
|----|---|---|--|
| 28 | Эстафеты «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке» | 1 | |
| 29 | Эстафеты «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя» | 1 | |
| 30 | Эстафеты «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд» | 1 | |
| 31 | Разучивание народных игр. Игра «Горелки» | 1 | |
| 32 | Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди» | 1 | |
| 33 | Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы» | 1 | |
| 34 | Разучивание народных игр. Игра «Мишени» | 1 | |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Богданов Г.П. Физическая культура в школе. Методика уроков в I-III классах. Под ред. Г.П. Богданова. М., «Просвещение».

2. Былеева Л.В. Подвижные игры. Учебное пособие физической культуры, 4-е, перераб. и дополн., изд. Л.В. Былеева и др. М., «Физкультура и спорт».

3. «Как себя вести» - В.Волина. «Дидактика плюс», Санкт-Петербург.

4. «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры – Мир Книги, Москва.

5. «Я иду на урок» - Хрестоматия игровых приёмов обучения. «Первое сентября», Москва.