

Департамент образования и науки Курганской области  
МОУО Администрации Половинского муниципального округа  
МОУ "Половинская средняя общеобразовательная школа"

**РАССМОТРЕНО**  
Методический совет школы  
Протокол №10\_  
от "20" июля 2022 г.

**СОГЛАСОВАНО**  
Заместитель директора  
по УВР  

---

 ( Годонюк Л.В. )  
"20" июля 2022 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор школы  

---

 ( Зимина Г.К. )  
Приказ №  
от "25" июля 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
курса внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
для 1-2 класса начального общего образования

Составитель: Гоголева Н.В.,  
учитель физической культуры

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29 мая 2015 года № 996-р;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения от 31 мая 2021 года № 286;
- Методических рекомендаций по организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования, направленные письмом Минпросвещения России от 5 июля 2022 года № ТВ-1290/03;
- Основной образовательной программы начального общего образования МОУ «Половинская СОШ», утвержденной приказом от 26 мая 2022 года № 145 (с изменениями и дополнениями), в том числе с учетом рабочей программы воспитания.

Срок реализации программы 2 года ( 67 часов)

Содержание программы направлено на освоение учащимися базовых знаний и формирование базовых компетентностей, что соответствует основной образовательной программе начального общего образования. Она включает все темы, предусмотренные федеральным компонентом государственного образовательного стандарта начального общего образования по внеурочной деятельности для начальной школы и авторской программой учебного курса.

#### **Форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности**

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению

«Подвижные игры» предназначена для обучающихся 1-2 классов.

Занятия проводятся в спортивном зале, на спортивной площадке, на свежем воздухе.

Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям младшего школьника

Формы работы - интегрированные уроки, беседы, деловые игры, уроки здоровья, подвижные игры, игры на воздухе. Занятия проводятся раз в неделю по 35 минут в первом классе и 40 минут – во втором.

#### **Содержание программы.**

1 класс (33 занятия)

##### **Игры с бегом (6 часов)**

*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 пчелы». 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 в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, желуди, орехи».

##### **Игры с мячом (5 часов).**

*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 (5 часов).**

*Теория.* Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков.

Последовательность обучения прыжкам.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробьишки».
- 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 (4 часов).**

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

### **Зимние забавы (4 часов).**

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

*Практические занятия:*

- Игра «Скатывание шаров».
- Игра «Гонки снежных комов».
- Игра «Клуб ледяных инженеров».
- Игра «Мяч из круга».
- Игра «Гонка с шайбами».
- Игра «Черепахи».

### **Эстафеты (4 часов).**

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

*Практические занятия:*

- Беговая эстафеты.
- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
- Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

### **Народные игры (5 часов)**

*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 (34 занятия)**

### **Игры с бегом ( 5 часов)**

*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 (5 часов)**

*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 (5 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при с играх 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 (5 часов)**

*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 (4 часов)**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по технике безопасности.

*Практические занятия:*

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

#### **Эстафеты (5 часов)**

*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 (5 часов)**

*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".

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» ожидается:

- повышение качества и количества мероприятий с учащимися, направленных на формирование здорового образа жизни;
- улучшение здоровья учащихся;
- формирование у учащихся осознанной потребности в здоровом образе жизни; повышение интереса школьников к занятиям физической культурой и спортом;
- пополнение материальной базы для проведения уроков физической культуры и внеклассных мероприятий;
- создание необходимой базы материалов и методологической основы для формирования здорового образа жизни, внедрение новых форм и методов воспитательной работы;
- развитие умений работать в коллективе;
- формирование у детей уверенности в своих силах;
- умение применять игры самостоятельно.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

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

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

#### **Гражданско-патриотическое воспитание:**

- **определять** и **высказывать** под руководством учителя первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и

правилах межличностных отношений;

***Духовно-нравственное воспитание:***

во время игры руководствоваться следующими принципами:

- признавать индивидуальность каждого человека;
- проявлять сопереживание, уважение и доброжелательность;
- не принимать любые формы поведения, направленные на причинение физического и морального вреда другим людям.

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

- учиться соблюдению правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде;

- стремиться к бережному отношению к физическому и психическому здоровью.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно- оздоровительному направлению «Подвижные игры» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

***1. Познавательные УУД:***

***базовые логические действия:***

- сравнивать объекты (игры, элементы игр), устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии, делать предварительный отбор подвижных игр;
- объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;
- определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты (игры, элементы игры);

- перерабатывать полученную информацию: ***делать*** выводы в результате совместной работы всего класса

***работа с информацией:***

- выбирать источник получения информации;
- согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;
- соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске в сети Интернет;
- анализировать и создавать схемы, таблицы для представления информации (например, создавать схемы, пиктограммы игры; составлять план игры на основе (предметных рисунков, схематических рисунков, схем).

***2. Коммуникативные УУД:***

***В общении во время игры, обсуждения:***

- выражать эмоции в соответствии с целями и условиям общения;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила общения и поведения во время игры;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументированно высказывать своё мнение.

***совместная деятельность во время игры, обсуждения:***

- формулировать краткосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективной игре), распределять промежуточные шаги;
- принимать цель совместной деятельности: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы при подготовке игры (реквизитов, разметки и т.п.)
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться.

***3. Регулятивные УУД:***

***самоорганизация:***

- планировать свои действия по организации и проведения игры и проговаривать последовательность действий;
- выстраивать последовательность выбранных (предложенных учителем) действий, учиться работать по предложенному учителем плану;

***Самоконтроль:***

- устанавливать причины успеха/неуспеха игровой деятельности;
- корректировать свои действия для преодоления ошибок.

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

**Предметных результатов:**

**иметь представление:**

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о народной игре как средстве подвижной игры;
- об играх разных народов;
- о соблюдении правил игры

**уметь:**

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- соблюдать правила игры

В соответствии с ФГОС на ступени начального общего образования решаются следующие

**задачи:**

- становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Цель и задачи реализации основной образовательной программы учреждения согласуются с целями и задачами рабочей программы воспитания школы согласно Программы развития ОУ.

**Тематическое планирование**

**Курса внеурочной «Подвижные игры»**

**1 класс**

№	Тема	Количество часов			Формы деятельности
		Общее кол-во часов	Теория	Практика	
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры)	6 ч	1 ч	5ч	Формы работы - интегрированные уроки, беседы, деловые игры, уроки здоровья, подвижные игры, игры на воздухе.  Ведущей формой организации обучения является <b>групповая</b> . Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей.  В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:  смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;  смена личностных интересов и запросов учащихся.
2	Игры с мячом	5 ч	1 ч	4ч	
3	Игра с прыжками (скакалки)	5ч	1 ч	4ч	
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)	4ч	-	4ч	
5	Зимние забавы	4ч	1 ч	3ч	
6	Эстафеты	4 ч	1 ч	3ч	
7	Народные игры	5 ч	1 ч	4ч	
Итого:		33 ч	6 ч	27ч	

2 класс (34 часа)					
№	Тема	Количество часов			Формы деятельности
		Общие кол-во часов	Теория	Практика	
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры)	5 ч	1 ч	4ч	<p>Формы работы - интегрированные уроки, беседы, деловые игры, уроки здоровья, подвижные игры, игры на воздухе.</p> <p>Ведущей формой организации обучения является <b>групповая</b>.</p> <p>Содержание программы ориентировано на добровольные одновозрастные группы детей.</p> <p>В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:</p> <p>смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;</p> <p>смена личностных интересов и запросов учащихся.</p>
2	Игры с мячом	5 ч	1 ч	4ч	
3	Игра с прыжками (скакалки)	5ч	1 ч	4ч	
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки)	5ч	1ч	4ч	
5	Зимние забавы	4ч	1 ч	3ч	
6	Эстафеты	5 ч	1 ч	4ч	
7	Народные игры	5 ч	1 ч	4ч	
Итого:		34 ч	7 ч	27ч	

### Календарно-тематическое планирование

#### Курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» 1 класс

№ П/П	Тема занятия	Количество часов
1.	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.	1
2.	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1
3.	Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».	1
4.	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».	1
5.	Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».	1
6.	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1
7.	История возникновения игр с мячом.	1
8.	Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».	1
9.	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».	1
10.	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».	1
11.	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».	1
12.	Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.	1

13.	Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».	1
14.	Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».	1
15.	Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».	1
16.	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».	1
17.	Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».	1
18.	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».	1
19.	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».	1
20.	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1
21.	Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.	1
22.	Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов».	1
23.	Игра «Клуб ледяных инженеров». Игра «Мяч из круга».	1
24.	Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи».	1
25.	Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.	1
26.	Беговая эстафеты.	1
27.	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1
28.	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	1
29.	Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.	1
30.	Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба»	1
31.	Разучивание народных игр. Игра «Чижик»	1
32.	Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»	1
33.	Разучивание народных игр. Игра " <b>Чехарда</b> ".	1

**Календарно-тематическое планирование  
Курса внеурочной деятельности «Подвижные игры» 2 год обучения**

П/П	№	Тема занятия	Кол- во часов
.	1	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега	1
.	2	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробы»	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». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»	1
.	5	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробы- попрыгунчики».	1



6.	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой	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	Правила безопасного поведения при с играх мячом.	1
12	Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».	1
13	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»	1
14	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».	1
15	Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	1
16	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.	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	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.	1
22	Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».	1
23	Игра «Санные поезда».	1
24	Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных»	1
25	Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки	1
26	Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	1
27	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1
28	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	1
29	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.	1
30	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	1
31	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	1
32	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	1
33	Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	1