МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики Республики Коми Управление образования АМО ГО «Сыктывкар»

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 31» г. Сыктывкара

Сыктывкарса муниципальной асъюралана отувтан веськодланін «Шор совмодан велодчанін №31»

РАССМОТРЕНО На педагогическом совете Протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО Заместитель директора УТВЕРЖДЕНО Директор школы

 Γ олубева А.А. «30» августа 2023 Γ .

Семёнова Т.В.

Приказ № 479 от «30» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА учебного курса внеурочной деятельности «ОФП: подвижные игры»

начальное общее образование

уровень образования

для 1-4 классов

Составитель: Мац Мария Александровна, Учитель физической культуры

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по подвижным играм разработана на основе

- Федерального закона «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).
- Национальной доктрины образования в РФ. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000г. № 751.
- Стратегией развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.
- Проведением мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499.
- Концепцией Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015гг. Распоряжение правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р
- Федерального государственного образовательного стандарта основного начального образования, с учетом программы по физической культуре 1- 4 классов. М.: Просвещение 2013г
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России
- Программы Министерства образования РФ: Начальное общее образование, авторской программы В. И. Лях «Физическая культура», утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального образования.

Выбор содержания программы и учебно-методического комплекса обусловлен полнотой, доступностью предложенного материала и условиями материальной базы, климатическими условиями.

Игра с давних пор составляет неотъемлемую часть жизни человека, она занимает досуг, воспитывает, удовлетворяет потребности в общении, лучении внешней информации, дает приятную физическую нагрузку. Педагоги всех времен отмечали, что игра оказывает благотворное влияние на формирование детской души, развитие физических сил и способностей.

Игра помогает находить выход из неожиданных положений, намечать цель, взаимодействовать с товарищем, проявлять ловкость и быстроту, силу и выносливость.

Игра обеспечивает гармоничное сочетание умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния.

2. Общая характеристика учебного предмета «ОФП: подвижные игры»

Исследователи игровой деятельности поддерживают ее уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в формировании умения ориентироваться в окружающей нас действительности.

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 е более высокой ступени развития.

Данная программа включает игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально — волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Программа состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, беседы с учащимися на темы предусмотренные программой, показ изучаемых элементов, подвижных игр, просмотр презентаций. В данной программе предусматривается проведение специальных теоретических занятий на следующие темы: «Утренняя гимнастика», «гигиена», «правильная осанка». А так же изучение теории вплетается в содержание каждого учебного занятия. Практическая часть более чем на 90 % представлена практическими действиями — физическими упражнениями. Двигательный опыт учащихся обогащается подвижными и спортивными играми, гимнастическими упражнениями.

3. Место учебного предмета «ОФП: подвижные игры» в учебном плане

Программа соответствует федеральному государственному образовательному стандарту и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся 1 — 4 класса. Рассчитана программа на 33 в 1 классе и 34 учебных часа во 2-4 классах и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками.

Режим занятий: занятия по данной программе проводятся в форме игрового урока, в системе целого учебного дня 1 раз в неделю.

Место проведения: спортивный зал школы, спортивная площадка.

Особенности набора детей — учащиеся 1 — 4 классов с разным уровнем физической подготовленности, группой здоровья — основная и подготовительная (по заключению врача).

Формы занятий — в форме урока, беседы, урок - фестиваль, урок - путешествие, урок - соревнования

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

Задачи направлены на:

- укрепление здоровья учащихся, приобщение их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействие гармоническому, физическому развитию;
 - обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.

Дети научатся:

Активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели;

освоить:

- способы и особенности движений и передвижений человека;
- знания о системе дыхания. работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- знания об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
 - причины травматизма и правилах его предупреждения;

уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;

- организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

Ожидаемый результат:

- у выпускника начальной школы выработана потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- сформировано начальное представление о культуре движении; младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;
 - -обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;
 - умение работать в коллективе

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира — частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра — направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности — любви.

Ценность истины — это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути

является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности — осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма — одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества — осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Планируемые результаты:

Личностные результаты: ученик научиться: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижение поставленных целей; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в процессе игровой деятельности; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

<u>Познавательные УДД:</u> ученик получит возможность научиться: технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;

<u>Коммуникативные УУД</u>: ученик научится: обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, общаться и взаимодействовать со сверстниками и взрослыми на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

<u>Регулятивные УУД</u>: овладевают способностью понимать учебную задачу урока и стараются ее выполнять.

Предметные результаты:

научатся: выполнять беговые, прыжковые, общеразвивающие упражнения под музыку; получат возможность научиться: находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками;

соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений, игр, эстафет; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность.

6. Содержание учебного предмета

Теоретический раздел: беседы на темы: «Мир движений и здоровье», «Красивая осанка», «Утренняя гимнастика», «Чтоб здоровыми остаться надо....», «Я сильный, ловкий, быстрый», правила игр.

Практический раздел

Русские народные игры: «У медведя во бору», «Кот и мышь», «Горелки», «Большой мяч», Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», Наседка и коршун», «Удар по веревочке» См. Приложение

Подвижные игры: "Волк во рву," "Салки", "Класс смирно!", "Запрещенное движение, "К своим флажкам", "Карлики и великаны", "Найди себе пару", "У ребят порядок строгий", «Кочка, дорожка, копна» ,«Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», «Перемена мест», " «Космонавты", «Зайцы в огороде»

Игры на развитие памяти, внимания, воображения

«Запомни порядок», «Художник», «Все помню», «Море волнуется», «Запрещенное движение», ору с использованием скороговорок., «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок»», «Определим игрушку».

Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками.

Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

Спортивные праздники: «Фестиваль подвижных игр», «Большие гонки, «Олимпийские игры»

Основные разделы программы

		Общее
№	Название раздела	количество
		часов
1	Народные игры	6
2	Игры на развитие внимания, мышления, воображения, речи	6
3	Подвижные игры	14
4	Спортивные игры	3
5	Спортивные праздники	5

7. Тематическое планирование 1 КЛАСС

№	Тема занятия	основные виды учебной деятельности	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)		
1	Игра на внимание «Класс, смирно»	_	ся в понятии «подвижные игры» характеризоват ь роль и значение уроков, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма	движений, точность броска, координаци ю двигательны	держки. Совершенствов ать слуховое
2	Игры на развитие внимания		10,	развивать координаци ю	играть в подвижную

	и памяти: «Карлики – великаны »		движений, тактиль-	х актов с товарищами,	игру «карлики 0 великаны», соблюдать правила взаимодействия с игроками
3	Игры на развитие памяти.	Игры «Худо жник» «Все помню»	разминку, бег с высокого старта; играть в подвижную игру	движение.	Корректировать нарушение орга- нов зренияВызыват ь положительные эмо- ции. Развивать основные физические качества.
4	Игры на развитие воображе ния.	Игры: «Море волнуется», «Запрещенно е движение». ОРУ с использовани ем скороговорок .	вариант беговой разминки, движения под чтение специальных стихотворений; играть в подвижную игру	Развить быстроту реакции, навы-ки бега, внимания, произвольность движений. Научить ориентироваться в пространстве.	Развивать быстроту реакции, про- извольность движений, точность броска, координацию двигательных актов с товарищами, дифференциро- ванность

			движение; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать места занятий подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	Уметь договариват ься.	движений.
5	Игры на развитие памяти	«Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.	знать правила игр «Двва мороза», владеть техникой выполнения эстафет	ю движений, тактиль- ное восприятие. Уметь координиров ать речь и движение.	быстроту реак- ции, наблюдательно сть. Развивать скорость и
6	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Угадай чей голосок»», «Определим игрушку».	знать правила игры «угадай чей голосок», «определим	словарный	Развивать произволь- ность, точность и координа- цию движения,

			игрушку»	ся на местности	творческие способности, внимательность. Обогащать словарный запас. Уметь ориентироваться на местности. Тренировать вестибулярный аппарат.
7	Русская народная игра «У медведя во бору»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	движении, упражнения на равновесие; играть в подвижную игру «у медведя во бору», «Горелки»; организовывать места занятий подвижными играми	восприятие, быстроту реак- ции, наблюдатель ность. Развивать скорость и	ловкость рук, точную координацию движений, тактильное восприятие. Уметь координировать речь и движение. Тренировать слуховое воспри-
8	Русские народные игры: «Зайка», «Горелки»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового	выполнять упражнения на внимание, для мышц живота и	движение. Тренировать	быстроту реакции, про-

		пространства. Проведение игры.	мышц спины, играть в игру «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	воспри- ятие.	точность броска, координацию двигательных актов с товарищами, дифференцированность движений
9	Русская народная игра «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.	способов передвижения; ориентироватьс я в понятиях «темп» и	про- извольность движений, точность	координироват ь речь и движение. Тренировать слуховое воспри-ятие.
10	Русская народная игра «Кот и мышь»	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	ориентировать ся в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «кот и мышь»,	координаци ю движений, тактиль- ное восприятие. Уметь координиров ать речь и движение.	Развивать произвольность, точность и координацию движения, творческие способности, внимательность. Обогащать словарный запас. Уметь ориентироваться на местности.

			«Локомотив»	ятие, память	Тренировать вестибу-
					лярный аппарат.
11	Русская народная игра «Укротите ль зверей»	Правила игры. Проведение игры.	выполнять упражнения на матах с мешочками, на внимание, для мышц живота; играть в игру «Большой мяч», «Укротитель зверей»	Развивать произвольность, точность и координацию движения, творческие способности, внимательность. Обогащать словарный запас. Уметь ориентировать на местности. Тренировать вестибулярный аппарат.	
12	Русская народная игра « Удар по веревочке »	Правила игры. Прове дение игры.	подбирать наиболее удобный для себя ритм и темп бега, упражнения на расслабление рук, играть в подвижную игру «удар по веревочке»; организовывать места подвижными	вовать умение ориентирова ться, умение	ориентировать- ся в пространстве. Воспитывать чувство коллективизма, организован- ности

				память, внимание, слух, быстроту освоения новых правил, ко-ординацию и скорость дви-	
13	Игра с элементам и ОРУ «Кочка, дорожка, копна»	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и	ориентироваться в понятиях «здоровье» и «гигиена человека»; выполнять	Развивать быстроту реакции на сигнал, сообразительность, ловкость, память, внимание, слух, быстроту освоения новых правил, координацию и скорость дви-	Воспитывать чувство коллективизма, организованности, дисциплинированно- сти, выносливости.
14	Составлен ие упражнен ий для утренней гимнастик и. Эстафеты с обручами	упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами	выполнять упражнения с массажными мячами, кувырок вперед; проходить круговую тренировку; отжиматься от пола; организовывать	Воспитывать чувство коллективизма, организованности, дисциплиниро ванности, выносливости.	Совершенствов ать умение ориентироваться, умение действовать в коллективе. Развивать быстроту реакции на сигнал,

			места занятий подвижными играми, владеть техникой выполнения эстафет		сообрази- тельность, ловкость, память, внимание, слух, быстроту освоения новых правил, ко- ординацию и скорость движения
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый» . Эстафеты с мячом.	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила, быстрота, ловкость.	в подвижную	пространств е. Воспитывать чувство коллективиз ма, организован-	быстроту реакции на сигнал, сообрази-тельность, ловкость, внимание, слух,
16	Игра с мячом «Охотник и и утки»	строевые упражнения с перестроение	игры «охотники и утки», «совушка»; организовывать места занятий	слуховое восприятие, быстроту реак- ции, наблюдатель ность. Развивать скорость и точность движений,	ское здоровье . Развивать физическую и умственную работоспособ- ность.

			играми	ощущение пространств а при отсутствии зрителей. Уметь наблюдать	
17	Весёлые старты.	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.	сопровождение м и в движении; прыгать на скакалке; выполнять эстафеты	пространств е. Воспитывать	ловкость, память, внимание, слух,
18	Игра «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость	Тренировать слуховое воспри-	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость
19	Упражне ния на формиров ание правильн ой осанки. П	Проведение игры. Формировани е правильной осанки	упражнения на внимание и на координацию движений, на	упражнения на внимание и на координаци	выполнять упражнения на внимание и на координацию движений, на слух; играть в

	одвижная игра «Совушка »		игру «Совушка»	на слух; играть в подвижную игру «Совушка»	подвижную игру «Совушка»
20	Игра с прыжкам и «Прыжки по полоскам »	Правила игры. Проведение игры.	ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед;	пространств е. Воспитывать чувство коллективиз	быстроту реакции на сигнал, сообрази-тельность, ловкость, внимание, слух,
21	Игры на свежем воздухе «Метко в цель».	Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	_	Тренировать слуховое воспри-ятие.	выполнять бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Охотники и утки»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий
22	Эстафеты с лыжами	Проведение зимних	ориентироватьс	Развивать быстроту	ориентироватьс

		эстафет.	лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать	сигнал, сообрази- тельность, ловкость, память, внимание, слух, быстроту освоения новых правил, ко-	я в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий
			упражнениями и подвижными	дви-	физическими упражнениями и подвижными играми
23	Игры на лыжах «Биатлон »	Правила игры. Проведение игры.	«стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед;	пространств е. Воспитывать чувство коллективиз ма, организован-	«стойка на лопатках» и «мост»,
24	Игры зимой: «Охота на куропаток »	Игры со скакалкой, мячом.	«физкультмину тка»; маршировать	ться в понятии «физкультми нутка»; маршироват	я в понятии «физкультмину тка»; маршировать

			выполнять	стихотворен	выполнять
			физкультминут	ия;	физкультминут
			ку; играть в	выполнять	ку; играть в
			игру	физкультми	игру
			«Правильный	нутку;	«Правильный
			номер с	играть в	номер с
			мячом»;	игру	мячом»;
			организовывать	«Правильны	организовывать
			места занятий	й номер с	места занятий
			физическими	мячом»;	физическими
			упражнениями	организовыв	упражнениями
			и подвижными	ать места	и подвижными
			играми	занятий	играми
				физическим	
				и	
				упражнения	
				ми и	
				подвижными	
				играми	
				Развивать	
			выполнять	быстроту	выполнять
			упражнения, в	реакции на	упражнения, в
			том числе с	сигнал,	том числе с
			мячом; играть в	сообрази-	мячом; играть в
			подвижную	тельность,	подвижную
	Игра			ловкость,	игру
	«Перемен		«Правильный	память,	«Правильный
	а мест»	Построение.	номер с	внимание,	номер с
25	Игра	Строевые	мячом»;	слух,	мячом»;
	«Удочка»,	упражнения	организовывать	быстроту	организовывать
	«Бой	перемещение.	места занятий	освоения	места занятий
	петухов»		физическими	новых	физическими
	3		упражнениями	правил, ко-	упражнениями
			и подвижными	ординацию и	и подвижными
			играми	скорость	играми
				дви-	
				MAIIIA	
				жения.	
		Провита	рыпопиать	ориентирова	рыпопиат
	Игра	Правила	ВЫПОЛНЯТЬ разминку с	ТЬ-	ВЫПОЛНЯТЬ разминку с
26	«Салки с	игры.	разминку с	ся в	разминку с
	мячом».	Проведение	гимнастически	пространств	гимнастически
		игры.	ми палками,	e.	ми палками,
			лазать по		лазать по

				D	
			стенке, перелезать с одного пролета	чувство коллективиз ма,	гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой
27	Игра «Прыгай через ров»	Совершенств ование координации движений.	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	дыимение.	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
28	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	выполнять упражнения, в том числе с мячом, под стихотворное сопровождение; выполнять физкультминут ку	упражнения, в том числе с мячом, под стихотворно е сопровожден ие;	стихотворное сопровождение;
29	Футбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.	выполнять разминку с гимнастически ми палками,	ř	выполнять разминку с гимнастически ми палками,

	T	T		<u> </u>	<u> </u>
				палками,	лазать по
			гимнастической	лазать по	гимнастической
			стенке,	гимнастичес	стенке,
			перелезать с	кой стенке,	перелезать с
			одного пролета	перелезать с	одного пролета
			гимнастической	одного	гимнастической
			стенки на	пролета	стенки на
			другой;	гимнастичес	другой;
			организовывать	кой стенки	организовывать
				на другой;	места занятий
			физическими	организовыв	физическими
			-	ать места	упражнениями
				занятий	
				физическим	
				И	
				упражнения	
				у _Г МИ	
				координиров	
			выполнять	ать речь и	ВЫПОЛНЯТЬ
			строевые	движение.	строевые
			упражнения:	Тренировать	упражнения:
			ходьба змейкой	слуховое	ходьба змейкой
			и по кругу;	воспри-	и по кругу;
			выполнять		выполнять
			1	ятие.	разминку под
			стихотворное		стихотворное
30	Футбол	Проведение	сопровождение;		сопровождение;
30	¥ y 10031	игры.	удерживать		удерживать
			группировку		группировку
			при		при
			выполнении		выполнении
			перекатов;		перекатов;
			играть в		играть в
			подвижную		подвижную
			игру «Волк во		игру «Волк во
			рву»		рву»
			ориентироватьс	опиентипова	опиентиповатье
		Игог	я в	ться в	я в
	Спортивн	Игры,			
31	ый	эстафеты,			понятии гимнас
	праздник.	Весёлые		·	тика; жарактеризорат
	•	минутки.	характеризоват		характеризоват
			ь роль и	вать роль и	ь роль и
			значение	значение	значение

			жизни человека; играть в подвижную игру «Волк во рву»; отбирать и выполнять комплексы упражнений для гимнастики в соответствии с изученными правилами	в жизни человека; играть в подвижную игру «Волк во рву»; отбирать и выполнять комплексы упражнений для гимнастики в соответстви и с изученными правилами	в соответствии с изученными правилами
32	Олимпийс кие игры	Эстафеты с предметами	разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям круговой	ыполнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастичес	олнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям
33	Большие гонки	Эстафеты с предметами и без	Научатся: вып олнять разминку со стихотворным сопровождение м и в движении;	координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое воспри- ятие.	Научатся: вып олнять разминку со стихотворным сопровождение м и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов;

выполнять	выполнять
кувырок	кувырок
вперед; играть в	вперед; играть в
подвижную	подвижную
игру «Удочка»	игру «Удочка»

Тематическое планирование 2 КЛАСС

№	Тема занятия	основные виды учебной деятельности	Планируемые ре ФГОС)	езультаты (в с	соответствии с
			предметные	метапредме тные	личностные
1	Игры на внимание «Класс, смирно», «За флажками ».	Беседа:«Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые	ся в понятии «подвижные игры» характеризоват ь роль и значение уроков, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма	движений, точность броска, координаци ю двигательны х	держки. Совершенствов ать слуховое
2	Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики — великаны » «Запомнипорядок»	«Беседа о гигиене» Правила игр.	точную координацию движений, тактиль-	х актов с товарищами,	играть в подвижную игру «карлики 0 великаны», соблюдать правила взаимодействия с игроками

				ванность движений	
3	Игры на развитие памяти.	Игры «Худо жник» «Все помню»	беговую разминку, бег с высокого старта; играть в подвижную игру	координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое воспри- ятие.	Корректировать нарушение орга- нов зренияВызывать положительные эмо- ции. Развивать основные физические качества.
4	Игры на развитие воображе ния.	Игры: «Море волнуется», «Запрещенно е движение». Ору с использовани ем скороговорок .	усложненный вариант беговой разминки, движения под чтение специальных стихотворений; играть в подвижную игру «Запрещенное движение; соблюдать	реакции, навы- ки бега, внимания, смекалку, произ- вольность движений. Научить ориентирова ться в про- странстве. Уметь договариват	Развивать быстроту реакции, про- извольность движений, точность броска, координацию двигательных актов с товарищами, дифференцированность движений.

			места занятий подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждени я травматизма во время занятий		
5	Игры на развитие памяти	«Два мороза».Эста феты с примерами на сложение и вычитание.	знать правила игр «Двва мороза», владеть техникой выполнения эстафет	координаци ю движений, тактиль- ное восприятие. Уметь координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое воспри-	наблюдательно сть. Развивать скорость и точность движений, ритми-ческое чувство, равновесие и ощущение пространства
6	Игры на развитие мышления и речи.	Игры «Угада й чей голосок»», « Определим игрушку».	знать правила игры «угадай чей голосок», «определим игрушку»	запас. Уметь ориентирова	Развивать произволь- ность, точность и координа- цию движения, творческие способности, вниматель- ность. Обогащать словарный

					запас. Уметь ориентироваться на местности. Тренировать вестибулярный аппарат.
7	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	разминку в движении, упражнения на равновесие; играть в подвижную игру «у медведя во бору», «Горелки»; организовывать места занятий подвижными играми	восприятие, быстроту реак- ции, наблюдатель ность. Развивать скорость и точность движений, ритми-ческое чувство, равновесие и ощущение пространств а при отсутствии зрителей. Уметь наблюдать	ловкость рук, точную координацию движений, тактильное восприятие. Уметь координировать речь и движение. Тренировать слуховое восприятие, память
8	Русские народные игры: «Зайка», «Прыгани е с перевязан ными ногами»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	упражнения на внимание, для мышц живота и мышц спины, играть в игру	воспри-	быстроту реакции, про-

			ногами»		дифференциро-
					ванность движений
9	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.	понимать отличия разных способов передвижения; ориентироватьс я в понятиях «темп» и «ритм»; играть в подвижную игру «Наседка и коршун», «Горелки»	про- извольность движений, точность	координироват ь речь и движение. Тренировать слуховое воспри-ятие.
10	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомот ив».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	ориентировать ся в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «кот и мышь» , «Локомотив»	рук, точную координаци ю движений, тактильное восприятие. Уметь координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое восприятие, память	цию движения, творческие способности, вниматель-

11	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротите ль зверей»	Правила игры. Проведение игры.	играть в игру	IDOD ICCRIC	координировать речь и движение. Тренировать слуховое воспри-ятие.
12	Русская народная игра « Удар по веревочке »	Правила игры. Прове дение игры.	подбирать наиболее удобный для себя ритм и темп бега, упражнения на расслабление рук, играть в подвижную игру «удар по веревочке»; организовывать места подвижными играми	вовать умение ориентирова ться, умение действовать в кол-	ориентировать- ся в пространстве. Воспитывать чувство коллективизма, организован- ности

13	Игра с элементам и ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космона вты»	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и	ориентироваться в понятиях «здоровье» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «кочка. Дорожка,	реакции на сигнал, сообрази-тельность, ловкость, память,	Воспитывать чувство коллективизма, организованности, дисциплинированно- сти, выносливости.
14	Составлен ие упражнен ий для утренней гимнастик и. Эстафеты с обручами	Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами	выполнять упражнения с массажными мячами, кувырок вперед; проходить круговую тренировку; отжиматься от пола; организовывать места занятий подвижными играми, владеть техникой выполнения	коллективизма, организован- ности, дисциплиниро ванно- сти, выносливости.	Совершенствов ать умение ориентироватьс я, умение действовать в коллективе. Развивать быстроту реакции на сигнал, сообразительность, ловкость, память, внимание, слух, внимание, слух,

			эстафет		быстроту освоения новых правил, ко- ординацию и скорость движения
15	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила, быстрота, ловкость.	выполнять броски мяча в горизонтальну ю цель, разминку с малыми мячами; играть в подвижную	Воспитывать чувство коллективиз ма, организован-	быстроту реакции на сигнал, сообрази- тельность, ловкость, память, внимание, слух,
16	Игра с мячом «Охотник и и утки», «Совушка ».	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроение м из колонны по одному в	разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «охотники и утки», «совушка»; организовывать места занятий подвижными играми	слуховое восприятие, быстроту реак- ции, наблюдатель ность.	ское здоровье . Развивать физическую и умственную работоспособ- ность.

				Уметь наблюдать	
17	Весёлые старты со скакалкой	Упражнения со скакалкой. Эстафеты со скакалкой.	сопровождение м и в движении; прыгать на скакалке; выполнять эстафеты	пространств е. Воспитывать чувство коллективиз	ловкость, память, внимание, слух,
18	Игра «не давай мяч водящему », «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость	Тренировать слуховое воспри-	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость
19	Упражне ния на формиров ание правильно й осанки. И гра «Волк во рву»,	Проведение игры. Формировани е правильной осанки	упражнения на внимание и на координацию движений, на слух; играть в подвижную игру «Совушка»	упражнения на внимание и на координаци ю движений, на слух; играть в	выполнять упражнения на внимание и на координацию движений, на слух; играть в подвижную игру «Совушка»

					D
			ориентироватьс	ориентирова	
			я в понятии	ТЬ-	быстроту
			я в понятии «гибкость»;	ся в	реакции на
			•	1 1	сигнал,
	Игра		ВЫПОЛНЯТЬ	e.	сообрази-
	Игра с		упражнения	Воспитывать	тельность,
	прыжками		«стойка на	чувство	ловкость,
	«Попрыгу	П	лопатках» и	коллективиз	память,
	нчики-	Правила	«MOCT»,	ма,	внимание, слух,
20	воробушк	игры.	кувырок	организован-	быстроту
	и»,	Проведение	вперед;		освоения новых
	«Прыжки	игры.	отжиматься от	ности	правил, ко-
	ПО		пола;		ординацию и
	полоскам		организовывать		скорость дви-
	»		места занятий		_
			физическими		жения.
			упражнениями		
			и подвижными		
			играми		
				координиров	
				координиров ать речь и	выполнять бег
			по следам,	движение.	по следам,
			разминочную		разминочную
			игру на	слуховое	игру на
	17		внимание	воспри-	внимание
	Игры на	D	«Класс,	Боспри	«Класс,
	свежем	Разучивание	смирно!»;	ятие.	смирно!»;
21	воздухе	и проведение	играть в		играть в
21	«Два	игр. Метание	подвижную		подвижную
	Мороза»,	снежков в	игру «Охотники		игру «Охотники
	«Метко в	цель.	и утки»;		и утки»;
	цель».		соблюдать		соблюдать
			правила		правила
			поведения и		поведения и
			безопасности во		безопасности во
			время занятий		время занятий
			•		•
				Развивать	Onlightinopom
				быстроту	ориентироватьс
	Эстафеты	Проведение	я в понятии	реакции на	я в понятии
22	с санками	зимних		сигнал,	«гибкость»;
	и лыжами	эстафет.	ВЫПОЛНЯТЬ	сообрази-	ВЫПОЛНЯТЬ
	II VIDIMONIII	ourapor.	упражнения	тельность,	упражнения
			«стойка на	ловкость,	«стойка на
			лопатках» и	память,	лопатках» и

			отжиматься от пола; организовывать	правил, ко- ординацию и	«мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
23	Игры на лыжах «Б иатлон»	Правила игры. Проведение игры.	вперед;	ма, организован- ности	«стойка на лопатках» и «мост»,
24	Игры зимой:«О хота на куропаток »	Игры со скакалкой, мячом.	«физкультмину тка»; маршировать под стихотворения; выполнять физкультминут ку; играть в игру	ться в понятии «физкультми нутка»; маршироват ь под стихотворен выполнять	я в понятии «физкультмину тка»; маршировать под стихотворения;

			мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	й номер с мячом»;	мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
25	Игра «Перемен а мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.	выполнять упражнения, в том числе с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	освоения новых правил, ко-	выполнять упражнения, в том числе с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
26	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	выполнять разминку с гимнастически ми палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на	коллективиз ма, организован-	выполнять разминку с гимнастически ми палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на

			другой	ности	другой
27	Игра «Прыгай через ров»	Совершенств ование координации движений.	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений;	слуховое воспри- ятие.	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
28	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	упражнения, в том числе с мячом, под стихотворное сопровождение;	упражнения, в том числе с мячом, под стихотворно е сопровожден ие;	стихотворное сопровождение;
29	Футбол.	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.	разминку с гимнастически ми палками, лазать по гимнастической стенке,	гимнастичес кими палками, лазать по гимнастичес кой стенке,	перелезать с

			другой; организовывать места занятий физическими упражнениями	пролета гимнастичес кой стенки на другой; организовыв ать места занятий физическим и упражнения ми	организовывать места занятий физическими упражнениями
30	Футбол	Проведение игры.	выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять	координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое воспри-ятие.	выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при выполнении перекатов; играть в подвижную игру «Волк во рву»
31	Спортивн ый праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	характеризоват	ться в понятии гим настика; характеризо вать роль и значение гимнастики в жизни человека; играть в	ЯВ

			рву»; отбирать и выполнять комплексы упражнений для гимнастики в соответствии с изученными правилами	во рву»; отбирать и выполнять комплексы упражнений для	игру «Волк во рву»; отбирать и выполнять комплексы упражнений для гимнастики в соответствии с изученными правилами
32-	Олимпийс кие игры	Эстафеты с предметами	Научатся: вып олнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям круговой тренировки	Научатся: в ыполнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастичес ких кольцах; проходить по станциям	олнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям
33	Большие гонки	Эстафеты с предметами и без	Научатся: вып олнять разминку со стихотворным сопровождение м и в движении;	координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое воспри- ятие.	Научатся: вып олнять разминку со стихотворным сопровождение м и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную

			игру «Удочка»		игру «Удочка»
34	Спортивн ый праздник «Фестива ль подвижны х игр»	Эстафеты с надувными шарами	места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждени	реакции на сигнал, сообрази-тельность, ловкость, память, внимание, слух, быстроту освоения новых	Научатся: орга низовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждени я травматизма во время лазания по канату.

Тематическое планирование 3 КЛАСС

N	Тема занятия	основные виды учебной деятельности	Планируемые ре ФГОС)	езультаты (в с	соответствии с
			предметные	метапредме тные	личностные
1	Вводное занятие: инструкция по ТБ. «Гуси лебеди»	Беседа:«Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения	ся в понятии «подвижные игры» характеризоват ь роль и значение уроков, подвижных игр, занятий спортом для укрепления	реакции, про- извольность движений, точность броска, координаци ю двигательны х	держки. Совершенствов

			развития основных систем организма	дифференци ро- ванность движений.	вос-приятие.
2	«Салки»	«Беседа о гигиене»	точную координацию движений, тактиль- ное восприятие.	координаци ю двигательны х актов с товарищами,	играть в подвижную игру «карлики 0 великаны», соблюдать правила взаимодействия с игроками
3	«Догони меня»	Игры «Худо жник» «Все помню»	беговую разминку, бег с высокого старта; играть в подвижную игру	координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое воспри- ятие.	Корректировать нарушение орга- нов зренияВызыват ь положительные эмо- ции. Развивать основные физические качества.
4	«Вызов номеров»	Игры: «Море волнуется», «Запрещенно е движение». Ору с	TIOTION TO THE THE	Развить быстроту реакции, навы-ки бега,	Развивать быстроту реакции, про- извольность движений,

		нополгооролу	DODMINICI	DITIMOTULA	TOHLOGE
		использовани	<u></u>	'	точность броска,
		ем			· ·
		скороговорок		-	координацию
		•	специальных		двигательных
			стихотворений;		актов с
			_		товарищами,
			_		дифференциро-
			1 4	ться в про-	DOLLING OTH
			«Запрещенное	страпстве.	ванность
			движение;		движений.
			соблюдать	Уметь	
			правила	договариват	
			взаимодействия	ься.	
			с игроками;		
			организовывать		
			места занятий		
			подвижными		
			играми;		
			соблюдать		
			правила		
			поведения и		
			предупреждени		
			я травматизма		
			во время		
			занятий		
				Развивать	Тренировать
			знать правила	ловкость	слуховое
				рук, точную	восприятие,
				координаци	быстроту реак-
			владеть	ю движений,	ции,
			техникой	тактиль-	наблюдательно
		"П р о	выполнения	ное	сть.
	«Лягушки-	«Два	эстафет	восприятие.	Развивать
	цапли»,	мороза».Эста		_	скорость и
5	«Быстрее по	феты с		координиров	точность
	местам».	примерами			движений,
		на сложение		-	ритми-
		и вычитание.		[·	ческое чувство,
					равновесие и
				•	ощущение
				-	пространства
				amila Hallami	при
					отсутствии
					зрителей.
			<u> </u>	<u> </u>	эрителен.

					Уметь наблюдать
6	Игры на развитие мышления и речи.		знать правила игры «угадай чей голосок», «определим игрушку»	словарный запас. Уметь ориентирова ть- ся на местности	Развивать произволь- ность, точность и координа- цию движения, творческие способности, вниматель- ность. Обогащать словарный запас. Уметь ориентировать- ся на местности. Тренировать вестибу- лярный аппарат.
7	Русская народная игра «У медведя во бору», «Горелки»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	разминку в движении, упражнения на равновесие; играть в подвижную игру «у медведя во бору», «Горелки»; организовывать места занятий подвижными играми	восприятие, быстроту реак- ции, наблюдатель ность. Развивать скорость и точность движений, ритми-	ловкость рук, точную координацию движений, тактильное восприятие. Уметь координировать речь и движение. Тренировать слуховое воспри-

			<u> </u>	<u> </u>	
				Уметь наблюдать	
8	Русские народные игры: «Зайка», «П рыгание с перевязанны ми ногами»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	выполнять упражнения на внимание, для мышц живота и мышц спины, играть в игру «Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами»	движение. Тренировать	быстроту реакции, про-
9	Русская народная игра «Горелки», «Наседка и коршун»	Правила игры. Проведение игры.	понимать отличия разных способов передвижения; ориентироватьс я в понятиях «темп» и «ритм»; играть в подвижную игру «Наседка и коршун», «Горелки»	про-	координироват ь речь и движение. Тренировать слуховое воспри-ятие.
1 0	Русская народная игра «Кот и мышь» «Локомотив ».	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	ориентировать ся в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»;	координаци	Развивать произволь- ность, точность и координа- цию движения, творческие

			выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «кот и мышь», «Локомотив»	Уметь координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое воспри-	способности, внимательность. Обогащать словарный запас. Уметь ориентироваться на местности. Тренировать вестибулярный аппарат.
1 1	Русская народная игра «Большой мяч», «Укротител ь зверей»	Правила игры. Проведение игры.	выполнять упражнения на матах с мешочками, на внимание, для мышц живота; играть в игру «Большой мяч» , «Укротитель зверей»	Развивать произвольность, точность и координацию движения, творческие способности, внимательность. Обогащать словарный запас. Уметь ориентировать ся на местности. Тренировать вестибулярный аппарат.	координировать речь и движение. Тренировать слуховое воспри-ятие.
1 2	Русская народная игра « Удар по веревочке»	Правила игры. Прове дение игры.	подбирать наиболее удобный для себя ритм и темп бега, упражнения на	вовать умение ориентирова ться, умение	ориентировать- ся в пространстве. Воспитывать чувство коллективизма, организован-

			۴	В КОЛ-	ности
			1 2 / 1	JICKIMBC.	1100111
			подвижную	Развивать	
			игру «удар по	быстроту	
			веревочке»;	реакции на	
			организовывать	сигнал,	
			места	сообрази-	
			подвижными	тельность,	
			играми	ловкость,	
				память,	
				внимание,	
				слух,	
				быстроту	
				освоения	
				новых	
				правил, ко-	
				ординацию и	
				скорость	
				дви-	
				дви-	
				жения.	
				Развивать	Воспитывать
			l	быстроту	чувство
			я в понятиях		коллективизма,
		Беседа:	«здоровье» и	реакции на	организован-
		«Чтоб	«гигиена	00000000	ности,
		здоровыми	человека»;		дисциплинирован
	Игра с	остаться	выполнять	Í	НО-
	элементами	надо≫.	200741111677	ловкость,	сти,
	ОРУ	ГСОСТАВИТЬ	направленную	память,	выносливости.
1	«Кочка,	глова по	на развитие	внимание,	
3	дорожка,	карточкам:	_	слух,	
)	<u> </u>	здоровье,	внимания;	быстроту	
	копна»,	спорт,	играть в	освоения	
	«Космонавт	Ranguka	подвижную	новых	
	Ы»	Знакомство с	игру «кочка.	правил, ко-	
		правипами и	Дорожка,	ординацию и	
		проведение	копна», ,	скорость	
		игр	«Космонавты»	дви-	
		1			
				жения.	
	i l				
1	Соотор	Гасана:		D	Canadayyarrama
1	Составление	Беседа:	выполнать	Воспитывать	Совершенствов
1	упражнений	Составление	ВЫПОЛНЯТЬ	чувство	ать
1 4		Составление упражнений	выполнять упражнения с массажными	чувство коллективизма	*

	DIIMII O OTTIVI	DID (IIO OTIVAY	Manovin	ности	σ
	гимнастики.	гимнастики.	/		я,
	Эстафеты с	Работа с	кувырок	ванно-	умение
	обручами	карточками.	вперед;		действовать в
		Эстафеты с		сти,	кол-
		обручами	круговую	выносливости.	
			тренировку;		Развивать
			отжиматься от		быстроту
			пола;		реакции на
			организовывать		сигнал,
			места занятий		сообрази-
			подвижными		тельность,
			играми, владеть		ловкость,
			техникой		память,
			выполнения		внимание, слух,
			эстафет		быстроту
					освоения новых
					правил, ко-
					ординацию и
					скорость
					движения
				ориентирова	Развивать
			DITTOTTTATT	_	быстроту
			броски мяча в		реакции на
		Эстафеты на	горизонтальну	пространств	r
		развитие	TO TIOTI	1 1	сообрази-
	Беседа «Я	1	разминку с	Воспитывать	*
	сильный,	быстроты,	малыми		ловкость,
1	ловкий,	силы,		коллективиз	· ·
5	быстрый».	ловкости.	D HOHDHMAINA		внимание, слух,
)	Эстафеты с	Беседа о физ.		организован-	_
	баскетбольн	Качествах	и зайцы»;	o Pri minino a amin	освоения новых
	ым мячом.	сила,	организовывать	ности	правил, ко-
		быстрота,	места занятий		ординацию и
		ловкость.	подвижными		скорость дви-
			играми		екороств дви
					жения.
		Комплекс		Тренировать	Корректировать
	Игра с	ОРУ с мячом.	выполнять	слуховое	на-
	МОРКМ	строевые		восприятие,	рушение органов
1	«Охотники	упражнения с	_	быстроту	зрения,
6	и утки»,	перестроение	110 420001177110	реак-	плоскостопия,
	и утки», «Совушка».	м из колонны	KOOD HILLIOHIII	рсак- ции,	осанки. Укреплять
	«Совушка».		<u>_</u>	ции, наблюдатель	-
		по одному в	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	паолюдатель	110riAri 10-

		два.	подвижные игры «охотники и утки», «совушка»; организовывать места занятий подвижными играми	скорость и точность движений, ритми-ческое чувство, равновесие и ощущение пространств	ское здоровье . Развивать физическую и умственную работоспособ- ность.
			DI III O II	а при отсутствии зрителей. Уметь наблюдать ориентиров	Развивать
1 7	Весёлые старты со скакалкой.	Упражнения со скакалкой.	разминку со стихотворным сопровождение м и в движении; прыгать на скакалке; выполнять эстафеты	ся в пространств е. Воспитывать чувство коллективиз ма, организован-	ловкость, память, внимание, слух,
1 8	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.	выполнять разминку, направленную на развитие	движение. Тренировать слуховое воспри- ятие.	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и

			гибкость		гибкость
1 9	Упражнени я на формирован ие правильной осанки. Игр а «Волк во рву»,	Проведение игры. Формировани е правильной осанки	внимание и на координацию движений, на	на внимание и на координаци ю движений, на слух; играть в	выполнять упражнения на внимание и на координацию движений, на слух; играть в подвижную игру «Совушка»
2 0	Игра с прыжками «Попрыгунч ики- воробушки» , «Прыжки по полоскам»	Правила игры. Проведение игры.	ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	пространств е. Воспитывать чувство коллективиз	быстроту реакции на сигнал, сообрази-тельность, память, внимание, слух,
2 1	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель.	выполнять бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Охотники	слуховое воспри- ятие.	выполнять бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Охотники

			и утки»;		и утки»;
			соблюдать		соблюдать
			правила		правила
			поведения и		поведения и
			безопасности во		безопасности во
			время занятий		время занятий
2 2	Эстафеты с санками и лыжами	Проведение зимних эстафет.	«гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать	быстроту освоения новых правил, ко-	ориентироватьс я в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
2 3	Игры на лыжах «Биа тлон»	Правила игры. Проведение игры.	ориентировать ся в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными	ориентиров ать- ся в пространств е. Воспитывать чувство коллективиз ма, организован-	«стойка на лопатках» и «мост»,

			играми		играми
2 4	Игры зимой:«Охо та на куропаток»	Игры со	«физкультмину тка»; маршировать под стихотворения; выполнять физкультминут ку; играть в игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми	ться в понятии «физкультми нутка»; маршироват ь под стихотворен ия; выполнять физкультми нутку; играть в игру «Правильны й номер с мячом»; организовыв ать места	я в понятии «физкультмину тка»; маршировать под стихотворения; выполнять физкультминут ку; играть в игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
2 5	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.	выполнять упражнения, в том числе с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями	тельность, память, внимание, слух, быстроту освоения новых правил, ко-	выполнять упражнения, в том числе с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными

				скорость дви- жения.	играми
2 6	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	выполнять разминку с гимнастически ми палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической гимнастической	пространеть е. Воспитывать чувство коллективиз ма,	выполнять разминку с гимнастически ми палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой
2 7	Игра «Прыгай через ров»	Совершенств	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений;	слуховое воспри- ятие.	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
2 8	Футбол	Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.	упражнения, в том числе с мячом, под	упражнения, в том числе с мячом, под стихотворно	

			выполнять физкультминут ку		выполнять физкультминут ку
2 9	Футбол.	Игровые	разминку с гимнастически ми палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой; организовывать места занятий физическими упражнениями	разминку с гимнастичес кими палками, лазать по гимнастичес кой стенке, перелезать с одного пролета гимнастичес кой стенки на другой;	перелезать с одного пролета гимнастической стенки на
3 0	Футбол	Проведение игры.	выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять	координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое воспри- ятие.	выполнять строевые упражнения: ходьба змейкой и по кругу; выполнять разминку под стихотворное сопровождение; удерживать группировку при выполнении перекатов; играть в подвижную

			игру «Волк во рву»		игру «Волк во рву»
3 1	Спортивный праздник.	Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	тика; характеризоват ь роль и значение гимнастики в жизни человека; играть в подвижную игру «Волк во рву»; отбирать и выполнять комплексы упражнений для гимнастики в соответствии с изученными правилами	ться в понятии гим настика; характеризо вать роль и значение гимнастики в жизни человека; играть в подвижную игру «Волк во рву»; отбирать и выполнять комплексы	я в понятии гимнас тика;
3 2 -	Олимпийск ие игры	Эстафеты с предметами	разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям	ыполнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастичес	олнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям

3 3	Большие гонки	Эстафеты с предметами и без	Научатся: вып олнять разминку со стихотворным сопровождение м и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка»	движение. Тренировать слуховое воспри- ятие.	Научатся: вып олнять
3 4	Спортивный праздник « Фестиваль подвижных игр»	Эстафеты с надувными шарами	Научатся: орга низовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждени я травматизма во время лазания по канату.	реакции на сигнал, сообрази- тельность, ловкость, память, внимание, слух, быстроту освоения новых	Научатся: орга низовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждени я травматизма во время лазания по канату.

Тематическое планирование 4 КЛАСС

№	Тема занятия	основные виды учебной деятельности	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)
---	-----------------	--	--

			предметные	метапредме	личностные
				_	
1	ТБ. Беседа здоровый образ жизни . Игра «Волк и овцы»	Беседа:«Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения	ся в понятии «подвижные игры» характеризоват ь роль и значение уроков, подвижных игр, занятий спортом для укрепления	тные Развивать быстроту реакции, про- извольность движений, точность броска, координаци ю двигательны х актов с	держки. Совершенствов ать слуховое
			основных систем организма	ро- ванность движений.	приятие.
2	Беседа «здоровье в порядке спасибо зарядке»	«Беседа о гигиене» Правила игр.	точную координацию движений, тактиль- ное восприятие.	координаци ю двигательны х актов с товаришами.	играть в подвижную игру «карлики 0 великаны», соблюдать правила взаимодействия с игроками
3	Личная гигиена . Игра «салки»	Игры «Худо жник» «Все помню»	беговую разминку, бег с высокого старта; играть в подвижную игру	координиров ать речь и движение.	Корректировать нарушение орга- нов зренияВызыват ь положительные эмо- ции. Развивать

			правила взаимодействия с игроками; организовывать		основные физические качества.
			места занятий подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе)		
4	Профилакти ка травматизма . Игра «Воробьи вороны»	Игры: «Море волнуется», «Запрещенно е движение». Ору с использовани ем скороговорок .	выполнять усложненный вариант беговой разминки, движения под чтение специальных стихотворений; играть в подвижную игру «Запрещенное движение; соблюдать правила взаимодействия с игроками; организовывать места занятий подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждени я травматизма во время занятий	ться в про- странстве. Уметь договариват	Развивать быстроту реакции, про- извольность движений, точность броска, координацию двигательных актов с товарищами, дифференцированность движений.
5	Нарушение осанки «Волк во	«Два мороза».Эста феты с	знать правила игр «Двва мороза»,	Развивать ловкость рук, точную	Тренировать слуховое восприятие,

	рву»	на сложение и вычитание.	владеть техникой выполнения эстафет	ю движений, тактиль- ное восприятие. Уметь координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое воспри-	наблюдательно сть. Развивать скорость и
6	Русские игровые традиции в подвижных играх «Зазывалки »	Игры «Угада й чей голосок»», « Определим игрушку».	знать правила игры «угадай чей голосок», «определим игрушку»	словарный запас. Уметь ориентирова ть- ся на местности	Развивать произволь- ность, точность и координа- цию движения, творческие способности, вниматель- ность. Обогащать словарный запас. Уметь ориентировать- ся на местности. Тренировать вестибу- лярный аппарат.
7	Народная игра «Жребий»	Игровые правила. Отработка игровых приёмов.	выполнять разминку в движении, упражнения на	восприятие, быстроту	Развивать ловкость рук, точную координацию движений,

		Игра.	играть в подвижную игру «у медведя во бору», «Горелки»; организовывать места занятий подвижными играми	ность. Развивать скорость и точность	тактиль- ное восприятие. Уметь координировать речь и движение. Тренировать слуховое воспри- ятие, память
8	Русские народные игры: «Волк во рву»	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры.	мышц спины, играть в игру	_	быстроту реакции, про-
9	Игра «Волк и овцы»	Правила игры. Проведение игры.	передвижения; ориентироватьс я в понятиях «темп» и	движений, точность	координироват ь речь и движение. Тренировать слуховое воспри-ятие.

			игру «Наседка и коршун», «Горелки»	двигательны х актов с	
				товарищами, дифференци ро-	
				ванность движений	
1 0	ТБ. Игра « Медведь и важак»	Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.	ориентировать ся в понятиях «режим дня» и «гигиена человека»; выполнять разминку, направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «кот и мышь» , «Локомотив»	рук, точную координаци ю движений, тактильное восприятие. Уметь координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое восприятие, память	Развивать произвольность, точность и координацию движения, творческие способности, внимательность. Обогащать словарный запас. Уметь ориентироваться на местности. Тренировать вестибулярный аппарат.
1 1	Русская народная игра «Водяной»	Правила игры. Проведение игры.	выполнять упражнения на матах с мешочками, на внимание, для мышц живота; играть в игру «Большой мяч», «Укротитель зверей»	произвольность, точность и координацию движения, творческие	координировать речь и движение. Тренировать слуховое воспри- ятие.

1 2	Русская народная игра « Невод»	Правила игры. Прове	подбирать наиболее удобный для себя ритм и темп бега, упражнения на расслабление рук, играть в подвижную игру «удар по веревочке»; организовывать места подвижными играми	вовать умение ориентирова ться, умение действовать в кол- лективе. Развивать быстроту реакции на сигнал, сообрази- тельность, ловкость, память, внимание, слух, быстроту освоения новых правил, ко- ординацию и скорость дви- жения.	ориентировать- ся в пространстве. Воспитывать чувство коллективизма, организован- ности
1 3	Игра «Чехарда»	«Чтоб здоровыми остаться надо». Составить	ориентироваться в понятиях «здоровье» и «гигиена человека»; выполнять разминку,	быстроту реакции на сигнал, сообрази-тельность, ловкость,	чувство коллективизма, организован- ности, дисциплинирован но- сти,

		здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и проведение игр	направленную на развитие внимания; играть в подвижную игру «кочка. Дорожка, копна», , «Космонавты»	внимание, слух, быстроту освоения новых правил, ко- ординацию и скорость дви-	выносливости.
1 4	Игра «Птицелов»	Беседа: Составление упражнений для утренней гимнастики. Работа с карточками. Эстафеты с обручами	выполнять упражнения с массажными мячами, кувырок вперед; проходить круговую тренировку; отжиматься от пола; организовывать места занятий подвижными играми, владеть техникой выполнения эстафет	Воспитывать чувство коллективизма , организованности, дисциплиниро ванности, выносливости.	Совершенствов ать умение ориентироваться, умение действовать в коллективе. Развивать быстроту реакции на сигнал, сообразительность, память, внимание, слух, быстроту освоения новых правил, ко-ординацию и скорость движения
1 5	Игра «Жмурки»	Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Беседа о физ. Качествах сила,	выполнять броски мяча в горизонтальну ю цель, разминку с малыми мячами; играть	е. Воспитывать	быстроту реакции на сигнал, сообрази-тельность, ловкость,

		ловкость.	игру «Охотник и зайцы»;	организован- ности	внимание, слух, быстроту освоения новых правил, ко- ординацию и скорость дви-жения.
1 6	Профилакти ка травмвтизма . Игра «Салки»	Комплекс ОРУ с мячом. строевые упражнения с перестроение м из колонны	разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «охотники и утки», «совушка»; организовывать места занятий подвижными играми	слуховое восприятие, быстроту реак- ции, наблюдатель ность. Развивать скорость и точность движений,	ское здоровье . Развивать физическую и умственную работоспособ- ность.
1 7	Весёлые старты со скакалкой.	со скакалкой.	разминку со стихотворным сопровождение м и в движении; прыгать на скакалке; выполнять	ся в пространств е. Воспитывать чувство коллективиз ма, организован-	ловкость, память, внимание, слух,

				ности	ординацию и скорость дви- жения.
1 8	Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	Игры с мячом: ловля, бросок, передача.	выполнять разминку, направленную на развитие	слуховое воспри-	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжок в длину с места, упражнения на внимание и гибкость
1 9	Упражнени я на формирован ие правильной осанки. Игр а «Волк во рву»,	Проведение игры. Формировани е правильной осанки	упражнения на внимание и на координацию движений, на слух; играть в подвижную игру «Совушка»	упражнения на внимание и на координаци ю движений, на слух; играть в	выполнять упражнения на внимание и на координацию движений, на слух; играть в подвижную игру «Совушка»
2 0	Игра с прыжками «Попрыгунч ики- воробушки» , «Прыжки по полоскам»	Правила игры. Проведение игры.	ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед;	ся в пространств е. Воспитывать чувство коллективиз	быстроту реакции на сигнал, сообрази-тельность, ловкость, внимание, слух,

			физическими упражнениями и подвижными играми		жения.
2 1	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	и проведение	выполнять бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс,	слуховое воспри- ятие.	выполнять бег по следам, разминочную игру на внимание «Класс, смирно!»; играть в подвижную игру «Охотники и утки»; соблюдать правила поведения и безопасности во время занятий
2 2	Эстафеты с санками и лыжами	Проведение зимних эстафет.	ориентироваться в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными	правил, ко ординацию и	ориентироватьс я в понятии «гибкость»; выполнять упражнения «стойка на лопатках» и «мост», кувырок вперед; отжиматься от пола; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
2 3	Игры на лыжах «Биа тлон»	Правила игры. Проведение	ориентировать ся в понятии	ориентиров ать- ся в	ориентировать ся в понятии

игры. «гибкость»; пространств	«гибкость»;
выполнять е.	выполнять
упражнения Воспитывать	· -
«стойка на чувство	«стойка на
лопатках» и коллективиз	лопатках» и
«мост», ма,	«Moct»,
кувырок организован-	кувырок
вперед;	вперед;
отжиматься от Ности	отжиматься от
пола;	пола;
организовывать	организовывать
места занятий	места занятий
физическими	физическими
	упражнениями
	и подвижными
	играми
	1
ориентироватьс ориентирова	
	я в понятии
	«физкультмину
тка»; «физкультми	
	маршировать
под маршироват	
	стихотворения;
выполнять стихотворен	
физкультминут ия;	физкультминут
ку; играть в выполнять	ку; играть в
	игру
I/Irblico	«Правильный
2 зимой:«Охо скакалкой, номер с играть в	номер с
4 та на какалкой, мячом»; игру мячом.	мячом»;
куропаток» организовывать «Правильны	организовывать
места занятий й номер с	места занятий
физическими мячом»;	физическими
упражнениями организовыв	упражнениями
и подвижными ать места	и подвижными
играми занятий	играми
физическим	_
И	
упражнения	
ми и	
подвижными	
играми	

2 5	Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	Построение. Строевые упражнения перемещение.	подвижную игру «Правильный номер с мячом»;	тельность, ловкость, память, внимание, слух, быстроту освоения новых правил, координацию и	выполнять упражнения, в том числе с мячом; играть в подвижную игру «Правильный номер с мячом»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
2 6	Игра «Салки с мячом».	Правила игры. Проведение игры.	гимнастической	с. Воспитывать чувство коллективиз ма,	гимнастической стенке, перелезать с
2 7	Игра «Прыгай через ров»	Совершенств ование координации движений.	движений;	координиров ать речь и движение. Тренировать слуховое воспри- ятие.	выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; играть в подвижные игры «Колдунчики», «Непослушные

			стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми		стрелки часов»; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми
2 8	Футбол	Игровые	упражнения, в том числе с мячом, под стихотворное сопровождение; выполнять	в том числе с мячом, под стихотворно е сопровожден ие;	мячом, под стихотворное сопровождение;
2 9	Футбол.	Игровые правила. Отработка	гимнастически ми палками, лазать по гимнастической стенке, перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой; организовывать места занятий физическими упражнениями	гимнастичес кими палками, лазать по гимнастичес кой стенке, перелезать с одного пролета гимнастичес кой стенки на другой;	перелезать с одного пролета гимнастической стенки на
3	Футбол	Проведение игры.	выполнять	координиров ать речь и	выполнять

			1	I	
			строевые		строевые
			упражнения:	Тренировать	F -
			ходьба змейкой	слуховое	ходьба змейкой
			и по кругу;	воспри-	и по кругу;
			выполнять		выполнять
			разминку под	ятие.	разминку под
			стихотворное		стихотворное
			сопровождение;		сопровождение;
			удерживать		удерживать
			группировку		группировку
			при		при
			выполнении		выполнении
			перекатов;		перекатов;
			играть в		играть в
			подвижную		подвижную
			игру «Волк во		игру «Волк во
			рву»		рву»
			ориентироватьс		
			ЯВ		ЯВ
			понятии гимнас		
				•	тика;
			характеризоват		
			1	1	ь роль и
					значение
			гимнастики в		гимнастики в
			жизни	в жизни	жизни
			человека;	человека;	человека;
		Игры,		-	играть в
3	Спортивный	эстафеты,	подвижную	подвижную	подвижную
1	праздник.	Весёлые	игру «Волк во	игру «Волк	игру «Волк во
1	праздник.		рву»; отбирать	во рву»;	рву»; отбирать
		минутки.	и выполнять	отбирать и	и выполнять
			комплексы	выполнять	комплексы
			упражнений	комплексы	упражнений
			для гимнастики		для гимнастики
				_	в соответствии
			с изученными		с изученными
			правилами		правилами
			- Papinianini	соответстви	i parimanii
				и с	
				и с изученными	
				правилами	
				правилами	
	<u>i</u>		1	<u>I</u>	<u>I</u>

3 2 -	Олимпийск ие игры	Эстафеты с предметами	разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям круговой тренировки	ыполнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастичес	олнять разминку на кольцах, вис углом и вис согнувшись на гимнастических кольцах; проходить по станциям
3 3	Большие гонки	Эстафеты с предметами и без	Научатся: вып олнять разминку со стихотворным сопровождение м и в движении;	слуховое воспри- ятие.	Научатся: вып олнять разминку со стихотворным сопровождение м и в движении; удерживать группировку при выполнении перекатов; выполнять кувырок вперед; играть в подвижную игру «Удочка»
3 4	Спортивный праздник « Фестиваль подвижных игр»	Эстафеты с надувными шарами	Научатся: орга низовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждени я травматизма во время	Развивать быстроту реакции на сигнал, сообразительность, ловкость, память, внимание, слух, быстроту освоения новых	Научатся: орга низовывать места занятий физическими упражнениями; соблюдать правила поведения и предупреждени я травматизма во время лазания по

	канату.	правил, ко-	канату.
		ординацию и	
		скорость	
		дви-	
		жения.	

8. Методическое обеспечение.

- 1. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы М.:Просвещение, 2007 г.,
 - 2. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 1975
- 3. Минскин Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 1983г.
- 4. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980г.
- 5. Яковлев В. Г. Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977_{Γ} .
 - 6. http://vashechudo.ru/ игры зимой