



Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Подойниковская средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза Михаила Иосифовича Рогачева»
Панкрушихинского района Алтайского края

Рассмотрено на заседании
МО классных руководителей
Протокол № от 31.08.2023
Руководитель МО 
Ярославцева Н.Н.

Согласовано
Заместитель директора
воспитательной работе
 Н.Н. Ярославцева
31.08.2023 г.



I Программа внеурочной деятельности
по спортивно оздоровительному направлению
«Двигательная активность»

Срок реализации 1 год (1,3,4 класс)

Составитель: Беккер Михаил
Александрович

Учитель физической культуры, высшая
квалификационная категория

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общая характеристика учебного предмета.

Рабочая программа составлена в соответствии с Примерной основной образовательной программой начального общего образования. Данная программа ориентирована на использование учебников: Физическая культура. 1 класс: учебник/ Т.С.Лисицкая. - М.:Астрель, 2016. Физическая культура. 1-4 классы: учебник для общеобразовательных организаций / В.И. Лях. - М.: Просвещение, 2019.

Программа рассчитана на 1 года обучения. Общее количество часов 34. Регулярные занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность регулярного занятия 40 минут.

Цели изучения программы:

- создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха;
- развития ловкости, быстроты, силы, освоение культурного наследия русского народа.

Данная цель достигается решением следующих задач:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием народных подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Место курса

Программа «Двигательная активность» вводится в 1,4 классах. В 1 классе – 66 часов (2 ч. в неделю), в 4 классе – 34 часов (1 ч. в неделю).

Данная программа направлена на создание условий:

- для удовлетворения индивидуальных образовательных интересов и потребностей обучающихся;
- развития и расширения содержания образования;
- самоопределения обучающихся;
- повышение двигательной подготовленности учащихся, отвечающей требованиям учебной программы.

Занятия по программе «Подвижные игры» проводятся по 40 минут, 7 часов в неделю 4 года.

Структура курса.

При разработке данной программы особое внимание уделялось тому, что современные школьники мало времени уделяют здоровому образу жизни. Поэтому перед начальной общеобразовательной школой сегодня встала важная проблема: организация образовательного процесса с учётом всех норм и правил, способствующих сохранению и укреплению здоровья младших школьников, так как в этом возрасте закладываются основы знаний, недостаток которых бывает трудно либо невозможно восполнить впоследствии.

В нашей школе за последние годы накоплен опыт реализации здоровьесберегающего сопровождения, регулярно проводится мониторинг здоровья. На основании мониторинга можно констатировать, что с каждым годом растёт заболеваемость обучающихся,

особенно начальных классов. Наиболее часто отмечаются случаи ухудшения зрения, заболевания желудочно-кишечного тракта, печени, нарушения со стороны опорно-двигательного аппарата, ожирение.

Образовательные результаты внеурочной деятельности выглядят следующим образом:

Первый уровень результатов (1 класс) – приобретение обучающимися знаний о моральных нормах помощи тем, кто в ней нуждается, освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Второй уровень результатов (3 и 4 класс) – получение школьником опыта самостоятельно планировать свою деятельность, распределять функции и ролей в совместной деятельности. Самостоятельно технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга.

Основные формы организации занятий: аудиторные (теоретические и практические).

Подача материала разная. Это и беседа, подвижные игры, эстафеты, соревнования, физические упражнения, динамические прогулки, игры на свежем воздухе, игры с предметами, игра-практикум, экскурсия, выставка, проект и др. Обучающиеся активно включены в спортивно – оздоровительную деятельность в течении четырёх лет обучения.

Виды деятельности, которые организуются в ходе занятий:

1. Игровая деятельность.
2. Познавательная деятельность.
3. Проблемно-ценностное общение.
4. Досугово-развлекательная деятельность.
5. Художественное творчество;
6. Социальное творчество (социально значимая волонтерская деятельность);
7. Трудовая (производственная) деятельность;
8. Спортивно-оздоровительная деятельность

Основные содержательные линии

Материал программы представлен следующими содержательными линиями:

- система разнообразных занятий физическими упражнениями, закаливанием, подвижными и спортивными играми. Связь занятий со здоровьем;
- важность правильного выбора одежды для занятий физическими упражнениями;
- подбор одежды в зависимости от погодных условий.
- подвижные игры, их значение для физического развития. Самостоятельная организация и проведение игр, распределение на команды с помощью простейших считалочек.
- упражнения для формирования правильной осанки. Их отличие от других физических упражнений. Упражнения с предметами на голове (стоя у стены и в передвижении).
- упражнения для укрепления мышц туловища (без предметов и с предметами).

1. Ценностные ориентиры содержания курса.

Содержание программы направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных ситуациях;
- организация и проведение разнообразных мероприятий оздоровительного характера;
- организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- организация и проведение подвижных игр, активное использование спортивных площадок населённого пункта (футбольная)

Системно-деятельностный подход как основной метод обучения.

Важную роль в обучении подвижным играм играет целенаправленная работа по развитию у младших школьников общеучебных умений, навыков и способов деятельности:

- содействие гармоническому физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностей ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей.
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представлений об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции

1. Планируемые результаты изучения курса.

Программа «Подвижные игры» ориентирована на формирование и развитие у обучающихся личностных, метапредметных (регулятивных, познавательных, коммуникативных) универсальных действий.

Личностные универсальные учебные действия

У обучающихся будут сформированы:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преодолении учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к спортивно – оздоровительным упражнениям;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;

- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;
- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.

Метапредметные результаты

Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

Выпускник получит возможность научиться:

- *в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;*
- *преобразовывать практическую задачу в познавательную;*
- *проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;*
- *самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;*
- *осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;*
- *самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.*

Познавательные УУД:

Выпускник научится:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
устанавливать причинно-следственные связи.

Выпускник получит возможность научиться:

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.

Коммуникативные УУД:

Выпускник научится:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Выпускник получит возможность научиться:

- *учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;*
- *учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;*
- *понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;*
- *аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;*
- *продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;*
- *с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;*
- *задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;*
- *осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;*
- *адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;*

- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности;
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

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

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.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
<ul style="list-style-type: none"> • ценностное отношение к труду и творчеству, трудолюбие; • первоначальные навыки трудового творческого сотрудничества со сверстниками, старшими 	<ul style="list-style-type: none"> • поиск, нахождение и обработка информации о принятых в обществе нормах поведения и общения; о толерантности к другим людям; • осмысление 	<ul style="list-style-type: none"> • приобретены школьником социальные знания; • получение опыта разработки социальных проектов и организации коллективной 	<ul style="list-style-type: none"> • освоение правил и норм социокультурного взаимодействия со взрослыми и сверстниками и в сообществах разного типа (класс,

<p>детьми и взрослыми;</p> <ul style="list-style-type: none"> • осознание приоритета нравственных основ труда, творчества, создания нового; • потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребёнка видах творческой деятельности; • активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; • проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. 	<p>задачи, для решения которой недостаточно знаний;</p> <ul style="list-style-type: none"> • отвечать на вопрос: чему нужно научиться для решения поставленной задачи? • изобретение способа действия, привлекая знания из различных областей; • самостоятельное нахождение недостающей информации в информационном поле; • нахождение нескольких вариантов решения проблемы; • установление причинно-следственных связей. 	<p>творческой деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • наличие сформированных познавательных интересов и общей эрудиции; • умение самостоятельно находить, отбирать, анализировать необходимую информацию; • овладение знаниями, умениями целеполагания, планирования, анализа познавательной деятельности; • умение представлять результаты своей деятельности; • усвоение знаний о культурных ценностях общества, о социальной значимости профессий и др. 	<p>школа, семья, учреждения культуры в городе, т.д.);</p> <ul style="list-style-type: none"> • приобретение школьником социальных знаний, приобретение навыков групповой работы; • получение опыта разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; • приобретение коммуникативных навыков группового общения; • приобретение опыта коллективного планирования и анализа деятельности; • способность к выполнению различных ролей в коллективе при решении учебных и социальных задач; • умение
---	---	--	---

			<p>четко и корректно излагать свои мысли; умение давать и получать обратную связь — способность к анализу собственного поведения и поведения других, способность видеть свои сильные и слабые стороны;</p> <ul style="list-style-type: none"> • умение организовывать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, уметь разрешать конфликты.
--	--	--	---

Содержание курса внеурочной деятельности

1 класс

№ п/п	Раздел	Тема	Количество часов			Вид деятельности	Форма организации
			Все го	Теория	Практика		
I	Знакомство	1. Беседа по технике безопасности. Знакомство с правилами подвижных игр	1	1	–	Знакомство с правилами поведения	Беседа
		2. Подвижные игры «Часы пробили...», «Разведчики»	1	–	1	Знакомство с командными действиями	Практическое занятие Игра
		3. Красивая осанка. Подвижные	1	–	1	Знакомство с правилами игр	Практическое

		е игры «Хвостики», «Запрещённое движение»					занятие Игра
II	Легкая атлетика	4. Учись быстроте и ловкости. Подвижные игры «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный»	1	–	1	Знакомство с правилами бега	Практическое занятие Игра
		5. Сила нужна каждому. Подвижные игры «Быстрая тройка»	1	–	1	Знакомство с правилами прыжков	Практическое занятие Игра
		6. Ловкий. Гибкий. Подвижные игры «Медведь спит, «Весёлая скакалка»	1	–	1	Знакомство с навыками метаний	Практическое занятие Игра
		7. Весёлая скакалка. Подвижная игра «Очистить свой сад от камней»	1	–	1	Совершенствование навыков прыжков	Практическое занятие Игра
		8. Сила нужна каждому. Подвижные игры «Командные салки», «Сокол и голуби». Зачетная работа	1	–	1	Совершенствование командных действий	Практическое занятие Игра Зачетная работа
		9. Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики»	1	–	1	Совершенствование навыков бега	Практическое занятие Игра
		10. Кто быстрее?	1	-	1	Совершенствование навыков бега	Практическое занятие Игра
		11. Скакалочка - выручалочка. Подвижные игры	1	-	1	Знакомство с правилами ориентирования	Практическое занятие

		«Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»				я в пространстве	Игра
III	Спортивные игры	12. Подвижная игра «Лиса и цыплята»	1	–	1	Знакомство с правилами держания, ловли и передачи мяча	Практическое занятие Игра
		13. «Старт после броска», «Играй-играй, мяч не теряй».	1	–	1	Совершенствование навыков держания, ловли и передачи мяча	Практическое занятие Игра
		14. Подвижные игры «Охотники и дичь», «Сумей догнать»	1	–	1	Совершенствование навыков держания, ловли и передачи мяча	Практическое занятие Игра
IV	Гимнастика	15. Ловкая и коварная гимнастическая палка, «Гонка с обручем»	1	–	1	Знакомство с легкоатлетическими навыками	Практическое занятие Игра
		16. Подвижная игра «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч». Зачетная работа	1	–	1	Совершенствование легкоатлетических навыков	Практическое занятие Игра Зачетная работа
		17. Развиваем точность движений. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель», «Воробушки и кот».	1	–	1	Совершенствование легкоатлетических навыков	Практическое занятие Игра
V	Лыжный спорт	18. Горка зовёт. Подвижные игры «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик».	1	–	1	Комплексное развитие координационных способностей	Практическое занятие Игра
		19. Зимнее солнышко.	1	–	1	Комплексное развитие	Практическое

		Подвижные игры «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик».				координационн ых способностей	занятие Игра
		20. Зимнее солнышко. Подвижная игра «Кто быстрее приготовиться».	1	–	1	Комплексное развитие координационн ых способностей	Практичес кое занятие Игра
		21. Штурм высоты.	1	-	1	Комплексное развитие координационн ых способностей	Практичес кое занятие Игра
VI	Подвижны ые игры	22. Подвижная игра «Салки»	1	-	1	Совершенствов ание командных действий	Практичес кое занятие Игра
		23. Закрепление. «Салки» .Игры по выбору учащихся.	1	–	1	Совершенствов ание командных действий	Практичес кое занятие Игра
		24. Мы строим крепость. Подвижная игра «Мороз – Красный нос». Игры по желанию учащихся.	1	-	1	Совершенствов ание командных действий	Практичес кое занятие Игра
		25. Круговая эстафета. Зачетная работа	1	-	1	Совершенствов ание командных действий	Практичес кое занятие Эстафета Зачетная работа
VI I	Легкая атлетика	26. «Погоня», «Снайперы»	1	-	1	Закрепление скоростных способностей	Практичес кое занятие Игра
		27. Удивительная пальчиковая гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч».	1	–	1	Закрепление навыков владения мячом	Практичес кое занятие Игра
		28. Развитие	1	–	1	Закрепление	Практичес

		скоростных качеств. Подвижные игры «Быстро в строй», командные «колдунчики».				скоростных способностей	кое занятие Игра
		29. Развитие выносливости. Подвижные игры «мяч капитану», «Бездомный заяц», «Охотники и утки».	1	–	1	Закрепление навыков владения мячом	Практическое занятие Игра
		30. Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг».	1	–	1	Закрепление командных навыков	Практическое занятие Игра
		31. Прыжок за прыжком.	1	-	1	Закрепление командных навыков	Практическое занятие Игра
		32.Игра «Падающая палка».	1	–	1	Индивидуальные достижения обучающихся; расширение возможностей для самореализации обучающихся	Защита
		33. Мир движений и здоровья. Подвижные игры «Гонка мячей», «Падающая палка».	1	–	1	Закрепление скоростных способностей	Практическое занятие Игра
		Итого:	33 ч	1 ч	32 ч		

4 класс

№ п/п	Раздел	Тема	Количество часов			Вид деятельности	Форма организации
			Все го	Теория	Практика		
I	Знакомство	1. Беседа по технике безопасности. Знакомство с правилами подвижных игр.	1	1	–	Знакомство с правилами поведения	Беседа

		2.Участие в школьных соревнованиях «Веселые старты».	1	–	1	Конкурсные задания	Соревнование
		3.Игры на развитие ловкости: «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» .	1	–	1	Знакомство с правилами игр	Практическое занятие Игра
II	Лёгкая атлетика	4.Легкоатлетический кросс.	1	–	1	Знакомство с правилами бега	Кросс
		5. Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов»	1	–	1	Знакомство с правилами прыжков	Практическое занятие Игра
		6. Игры на координацию движений: «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты». Зачетная работа	1	–	1	Знакомство с навыками метаний	Практическое занятие Игра Зачетная работа
		7. Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач».	1	–	1	Совершенствование навыков прыжков	Практическое занятие Игра
		8. Игры на развитие ловкости: «Падающая палка», «Гуси», «Горелка». Зачетная работа	1	–	1	Совершенствование командных действий	Практическое занятие Игра
		9. Игры на развитие ловкости: «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки».	1	–	1	Совершенствование навыков бега	Практическое занятие Игра
		10. Игры на развитие внимания: «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка».	1	-	1	Совершенствование навыков бега	Практическое занятие Игра Зачетная работа.
		11. Скакалочка - выручалочка.	1	-	1	Знакомство с правилами	Практическое

		Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»				ориентирован ия в пространстве	занятие Игра
II I	Спортив ные игры	12. Подвижная игра «Лиса и цыплята»	1	–	1	Знакомство с правилами держания, ловли и передачи мяча	Практиче ское занятие Игра
		13.Игра «Бомбардировка», «Пе рестрелка»	1	–	1	Совершенство вание навыков держания, ловли и передачи мяча	Практиче ское занятие Игра
		Подвижные игры «Охотники и утки», «Сумей догнать»	1	–	1	Совершенство вание навыков держания, ловли и передачи мяча	Практиче ское занятие Игра
I V	Гимнаст ика	14. Игры «Братишка спаси», «Перестрелка»	1	–	1	Знакомство с легкоатлетиче скими навыками	Практиче ское занятие Игра
		15. Игра «Пионербол»	1	–	1	Совершенство вание легкоатлетиче ских навыков	Практиче ское занятие Игра
		16. Игра «Пионербол». Зачетная работа	1	–	1	Совершенство вание легкоатлетиче ских навыков	Практиче ское занятие Игра. Зачетная работа
V	Подвиж ные игры с мячом Подвиж ные игры	17. Игра «Пионербол»	1	–	1	Комплексное развитие координацион ных способностей	Практиче ское занятие Игра
		18. Игра «Пионербол»	1	–	1	Комплексное развитие координацион ных способностей	Практиче ское занятие Игра
		19. Участие в городских соревнованиях «Веселые старты»	1	–	1	Конкурсные задания	Соревнов ание

		20. Игра «Пионербол»	1	-	1	Комплексное развитие координационных способностей	Практическое занятие Игра
		21. Игра «Пионербол»	1	-	1	Совершенствование командных действий	Практическое занятие Игра
		22. Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» 23. Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	1	–	1	Совершенствование командных действий	Практическое занятие Игра
		24. Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.	1	-	1	Совершенствование командных действий	Практическое занятие Игра
		25. Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями	1	-	1	Совершенствование командных действий	Практическое занятие Эстафета
V I	Легкая атлетика	26. Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий. Зачетная работа	1	-	1	Закрепление скоростных способностей	Практическое занятие Игра Зачетная работа
		27. Игра «Пионербол»	1	–	1	Закрепление навыков владения мячом	Практическое занятие Игра
		28. Игра «Пионербол»	1	–	1	Закрепление скоростных способностей	Практическое занятие Игра Эстафета
		29.Игра «Бомбардировка», «Перестрелка»	1	–	1	Закрепление навыков владения мячом	Практическое занятие Игра
		30. Игра «Пионербол»	1	–	1	Закрепление командных	Практическое

						навыков	занятие Игра
		31. Игра «Пионербол»	1	-	1	Закрепление командных навыков	Практическое занятие Игра
		32.Игра «Бомбардировка», «Перестрелка»	1	–	1	Закрепление скоростных способностей	Практическое занятие Игра
		33. . Игра «Пионербол»	-	-	1	Индивидуальные достижения обучающихся; расширение возможностей для самореализации обучающихся	Защита
		34. Игра «Пионербол»	1	–	1	Закрепление командных навыков	Практическое занятие Игра
		Итого:	34 ч	1 ч	33 ч		