

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ  
АЛЕКСЕЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» АЛЕКСЕЕВСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
от «26» 08 2022 г.



«Утверждаю»  
Директор МБУ ДО ЦДТ  
А.М.Назмутдинова  
Приказ № 29/09  
от «31» 08 2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Спортивные подвижные игры»**

**Направленность:** физкультурно-спортивное  
**Возраст учащихся:** 7-10 лет  
**Срок реализации:** 4 года

**Автор-составитель:**  
Гардиханов Руслан Рамилевич,  
педагог дополнительного образования

пгт Алексеевское, 2021 г.

## 1.2. Информационная карта образовательной программы

<b>1.</b>	<b>Образовательная организация</b>	МБУДО ЦДТ, на базе «МБОУ Алексеевская средняя общеобразовательная школа № 2 имени Героя Советского Союза Ивана Егоровича Кочнева.
<b>2.</b>	<b>Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивные подвижные игры»
<b>3.</b>	<b>Направленность программы</b>	Физкультурно- спортивное
<b>4.</b>	<b>Сведения о разработчиках</b>	
4.1.	ФИО, должность	Гардиханов Руслан Рамилевич, педагог дополнительного образования
<b>5.</b>	<b>Сведения о программе:</b>	
5.1.	Срок реализации	4 года
5.2.	Возраст обучающихся	7-10 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
5.4.	Цель программы	укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	Базовый уровень
<b>6.</b>	<b>Формы и методы образовательной деятельности</b>	Основная форма организации образовательной деятельности – занятие. Методы обучения, в основе которых лежат способы организации занятий как: <u>Словесный, наглядный, практический</u> Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей: <u>Объяснительно-иллюстративный</u> <u>Репродуктивный</u> <u>Частично-поисковый</u> <u>Исследовательский</u> Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся занятия: <u>Фронтальный</u> <u>Индивидуально – фронтальный</u> <u>Индивидуальный</u>
<b>7.</b>	<b>Формы мониторинга результативности</b>	Анкетирование, индивидуальные задания
<b>8.</b>	<b>Результативность реализации программы</b>	Развитие социального опыта ребенка, активное участие обучающихся в конкурсах, мероприятиях различного уровня
<b>9.</b>	<b>Дата утверждения и последней корректировки программы</b>	31.08.2022

### 1.3. Оглавление

#### Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.4. Пояснительная записка.....	4-6
1.6. Учебный тематический план.....	7-9
1.7. Содержание программы.....	9-15

#### Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	16
2.2. Формы аттестации / контроля.....	15-16
2.3. Оценочные материалы.....	16
2.4. Список литературы.....	18
2.5. Приложение:	
Календарный учебный график.....	19-59

## 1.4 Пояснительная записка

**Направленность программы.** Физкультурно- спортивное

**Нормативно-правовое обеспечение программы** – Дополнительная общеразвивающая программа составлена на основе:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ;
2. Концепция развития дополнительного образования детей от 4.09.2014 №1726-р;
3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;
4. Приказ Минпросвещения России от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
7. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;
8. Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества», утвержденного Исполнительным комитетом Алексеевского муниципального района Республики Татарстан от 11 июня 2021 года № 238.

**Актуальность.** Актуальность программы базируется на понимании того, что человеческая личность – это гармония мысли и движения. В настоящее время большое значение имеет формирование физически здорового, активного, гармонически развитого человека. Особое внимание нужно уделить подвижным играм, поскольку игра вызывает у детей большой эмоциональный отклик и помогает безболезненнее включиться в учебную работу. Игры способствуют правильному физическому развитию организма. Дети учатся разным играм и спортивным развлечениям, ежедневному занятию ими.

Данная программа актуальна, так как участвует в решении одной из самых первоочередных задач современного образования – формирование здорового образа жизни младших школьников, через специально организованную двигательную активность ребенка.

**Отличительные особенности программы.** Отличительной особенностью программы в отличии от других программ является использование нетрадиционных методов в работе с детьми, даётся больше самостоятельности в творческой деятельности. В результате реализации программы с одной стороны происходит личностное становление учащихся, они получают возможность проявить себя и осознать свою востребованность в жизни общества, с другой стороны осуществляют социально значимую деятельность. Таким образом, можно говорить об интегрированном решении нескольких значимых проблем современного общества. Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость. Использование данного ресурса способствует повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ученика.

**Цель** данной программы – укрепление здоровья детей, формирование двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

**Задачи:**

- целенаправленное развитие физических качеств;
- совершенствование двигательных навыков, изученных на уроках физической культуры;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений; содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной активности;

**Адресат программы:** программа рассчитана на учащихся 1-5 классов, режим занятий 2 раза в неделю (4 часа.)

**Объем программы** - Общее количество в год 144 часа, 576 часов за четыре года.

**Формы организации** образовательного процесса и виды занятий по программе.

**Ведущей формой** организации обучения является групповая и индивидуальная.

**Виды занятий** определяются содержанием программы и предусматривают практические занятия, мастер-классы, выполнение самостоятельной работы, участие в спортивных соревнованиях.

**Сроки реализации программы** - Программа рассчитана на 4 года

**Режим занятий**- занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 учебных часа по 45 минут с 10 минутным перерывом

### **Планируемые результаты**

#### **Знания и умения учащихся**

учащиеся должны понимать:

- роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

знать:

- разные виды подвижных игр;

уметь:

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
- выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

использовать:

- изученные виды упражнений для утренней гимнастики.

#### **Универсальные учебные действия**

#### **Личностные результаты**

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

### **Метапредметные результаты**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Предметные результаты**

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств; — взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### **Формы подведения итогов реализации программы**

#### **Педагогический контроль.**

Педагогический контроль включает в себя педагогические методики. Комплекс методик направлен на определение уровня усвоения программного материала, степень сформированности умений осваивать новые виды деятельности, развитие коммуникативных способностей, рост личностного и социального развития ребёнка.

Применяемые методы педагогического контроля и наблюдения, позволяют контролировать и корректировать работу программы на всём протяжении ее реализации. Это дает возможность отслеживать динамику роста знаний, умений и навыков, позволяет строить для каждого ребенка его индивидуальный путь развития. На основе полученной информации педагог вносит соответствующие коррективы в учебный процесс.

Контроль используется для оценки степени достижения цели и решения поставленных задач. Контроль эффективности осуществляется при выполнении диагностических заданий и упражнений, с помощью тестов, фронтальных и индивидуальных опросов, наблюдений.

<b>Виды аттестации</b>	<b>Формы оценки результативности</b>	<b>Срок проведения</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	Диагностика уровня ключевых, метапредметных и предметных компетенций учащихся. Формы – анкетирование, индивидуальные занятия	за 1 год: декабрь 2021г., май 2022г. за 2 год: декабрь 2022г., май 2023г. за 3 год: декабрь 2023г., май 2024г. за 4 год: декабрь 2024г.
<b>Аттестация по завершению освоения программы</b>	Оценка качества обученности учащихся по завершению обучения по образовательной программе Формы – анкетирование, индивидуальные занятия	май 2025 г.

### **Учебные (тематические) планы по годам**

#### **1 год обучения**

<b>№</b>	<b>Название разделов</b>	<b>Количество часов</b>			<b>Форма аттестации/ контроля</b>
		<b>всего</b>	<b>теор</b>	<b>прак.</b>	
1.	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	21	7	14	
2.	Игры с мячом.	21	7	14	
3.	Игра с прыжками (скакалки).	21	7	14	
4.	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к	21	7	14	
5.	Зимние забавы.	18	5	13	

6.	Эстафеты.	21	7	14	
7.	Народные игры	21	7	14	
<b>ИТОГО</b>		144	47	97	

### 2 год обучения

№	Название разделов	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теор	прак.	
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	21	5	16	
2	Игры с мячом.	21	5	16	
3	Игра с прыжками (скакалки).	21	5	16	
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к	21	5	16	
5	Зимние забавы.	18	5	13	
6	Эстафеты.	21	5	16	
7	Народные игры	21	5	16	
<b>ИТОГО</b>		144	35	109	

### 3 год обучения

№	Название разделов	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теор	прак.	
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	21	4	17	
2	Игры с мячом.	21	4	17	
3	Игра с прыжками (скакалки).	21	4	17	
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к	21	4	17	
5	Зимние забавы.	18	4	14	
6	Эстафеты.	21	4	17	
7	Народные игры	21	4	17	
<b>ИТОГО</b>		144	28	116	

#### 4 год обучения

№	Название разделов	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теор	прак.	
1	Игры с бегом (общеразвивающие игры).	21	3	18	
2	Игры с мячом.	21	3	18	
3	Игра с прыжками (скакалки).	21	3	18	
4	Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к	21	3	18	
5	Зимние забавы.	18	3	15	
6	Эстафеты.	21	3	18	
7	Народные игры	21	3	18	
<b>ИТОГО</b>		<b>144</b>	<b>21</b>	<b>123</b>	

#### Содержание программы

##### 1 год обучения

#### **Игры с бегом (21 час).**

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

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведяво бору».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».
- Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

#### **Игры с мячом (5 часов).**

*Теория.* История возникновения игр с мячом.

- *Практические занятия:* Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».
- Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

#### **Игра с прыжками (21 час).**

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

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».
- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли»

### **Игры малой подвижности (21 час).**

*Теория.* Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы. Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. *Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – нелетает». Игра «Копна – тропинка – кочки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

### **Зимние забавы (18 часов).**

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

*Практические занятия:*

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

### **Эстафеты (21 час).**

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

*Практические занятия:*

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

### **Народные игры (21 час)**

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

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба»
- Разучивание народных игр. Игра «Чижик»
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»

## **2 год обучения**

### **Игры с бегом ( 21час)**

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

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место».
- Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».

### **Игры с прыжками (51 час)**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки споворотом»

### **Игры с мячом (21 час)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при играх мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

### **Игры малой подвижности (21 час)**

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

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

### **Зимние забавы (18 часов)**

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

*Практические занятия:*

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

### **Эстафеты (21 час)**

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

*Практические занятия:*

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

### **Народные игры (21 час)**

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

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

### 3 год обучения

#### **Игры с бегом (21 час)**

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

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

#### **Игры с мячом (21 час)**

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

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

#### **Игры с прыжками (21 час)**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

#### **Игры малой подвижности (21 час)**

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

*Практические занятия*

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
- Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

#### **Зимние забавы (18 часов)**

*Теория.* Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

*Практические занятия:*

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

#### **Эстафеты (21 час)**

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

*Практические занятия:*

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

- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведро с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать»,

«Передача мяча в колонне», «Поезд».

### **Народные игры (21 час)**

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

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

**4 год обучения**

### **Игры с бегом (21 час).**

*Теория.* Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
- Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».

### **Игры с мячом (21 час)**

*Теория.* Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. *Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».

### **Игры с прыжками (21 час).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

### **Игра малой подвижности (21 час).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

### **Зимние забавы (18 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

*Практические занятия:*

- Игра «Снежком по мячу».
- Игра «Пустое место».
- Игра «Кто дальше» (на лыжах).
- Игра «Быстрый лыжник».

### **Эстафеты (21 час).**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ.

Способы деления на команды. Повторение считалок.

*Практические занятия:*

- Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

### **Игра малой подвижности (21 час).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

### **Народные игры (21 часов)**

*Теория.* Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".
- Разучивание народных игр. Игра "Малечина - колечина".
- Разучивание народных игр. Игра "Коршун".
- Разучивание народных игр. Игра "Бабки".

## Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

### 2.1. Организационно – педагогические условия реализации программы

#### Методическое обеспечение программы.

Для поддержания активности обучающихся использовать различные виды деятельности, методы и приемы работы. Педагогическая практика не может быть сведена к одинаковым приемам и методам обучения, и поэтому в программе используются различные методы и приемы.

Программа обеспечена разнообразными видами методической продукции. Это

1) Наглядные методы:

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).

2) *Словесные*

- объяснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ,
- словесная инструкция.

3) *Практические:*

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями;

Проведение упражнений в соревновательной форме.

4) *Игровые:* тренинги и подвижные игры.

**Кадровое обеспечение программы:** педагог дополнительного образования, образование-высшее.

Педагогический стаж 2 года.

#### Формы аттестации/контроль

Аттестация обучающихся проводится два раза в год. Аттестационные материалы для проведения промежуточной аттестации составляются педагогом. Проверочные работы отражают уровень подготовки обучающихся, Аттестация содержит перечень заданий, направленных на выявление таких качеств как: самостоятельность; осознание значимой деятельности; соблюдение культуры поведения; самооценка; стремление к самосовершенствованию.

Аттестация обязательна для всех обучающихся.

Виды аттестации	Формы оценки результативности	Срок проведения
<b>Промежуточная аттестация</b>	Диагностика уровня ключевых, метапредметных и предметных компетенций учащихся. Формы – анкетирование, индивидуальные занятия	за 1 год: декабрь 2020г., май 2021г. за 2 год: декабрь 2021г., май 2022г. за 3 год: декабрь 2022г., май 2023г. за 4 год: декабрь 2023г.
<b>Аттестация по завершению освоения программы</b>	Оценка качества обученности учащихся по завершению обучения по образовательной программе Формы – анкетирование, индивидуальные занятия	май 2024 г.

#### Оценочные материалы

Образовательные результаты данной программы могут быть выявлены через критерии оценки выполнения творческой работы.

В конце года заполняется диагностическая карта результатов каждого учащегося. Итоговый контроль в форме зачёта.

Проведение диагностики осуществляется педагогом и администрацией учреждения с помощью различных методов: наблюдение, анкетирование, выполнение практического задания. Оценивание идет по критериям.

Критерии оценки практического задания			
Практическая подготовка			
Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	▪ практически не овладел умениями и навыками;	0 1 2 3	Наблюдение, контрольное задание
	▪ овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков;		
	▪ объем усвоенных умений и навыков составляет более ½;		
	▪ овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период		
Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	▪ не пользуется специальными приборами и инструментами;	0 1 2 3	Наблюдение, контрольное задание
	▪ испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием;		
	▪ работает с оборудованием с помощью педагога;		
	▪ работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей		

Полученные данные заносятся в сводную таблицу результатов образовательного уровня обучающихся:

**ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА**  
мониторинга результатов обучения детей по дополнительной образовательной программе

Объединение \_\_\_\_\_ Доп. образов. программа \_\_\_\_\_

Год обучения \_\_\_\_\_ Группа № \_\_\_\_\_ Педагог \_\_\_\_\_ Учебный год \_\_\_\_\_

Фамилия, имя воспитанника	Сроки диагностики																						
	Конца Г/О	учебного	Конца Г/О	учебного																			
<b>Т е о р е т и ч е с к а я   п о д г о т о в к а</b>																							
Теоретические знания, предусмотренные программой. Владение специальной терминологией																							
<b>П р а к т и ч е с к а я   п о д г о т о в к а</b>																							
Практические умения и навыки, предусмотренные программой																							
Владение специальным оборудованием и оснащением																							
Теоретические навыки																							
К-во баллов всего																							
Уровень																							

Осуществляется анализ результатов диагностики. И все результаты заносятся в сводную таблицу:

Результаты \_\_\_\_\_ аттестации учащихся объединения \_\_\_\_\_ за \_\_\_\_\_ 20\_\_ /20\_\_ уч.года  
(Сводная таблица)

№	Название объединения	к-во детей	Уровни освоения программы за _____ полугодие _____ <u>уч.года</u>					
			низкий уровень _____ баллов		средний уровень _____ баллов		высокий уровень _____ баллов	
1			к-во детей	%	к-во детей	%	к-во детей	%

**Список литературы, использованный для написания данной программы**

1. Богуславская, Н.И. Веселый этикет (развитие коммуникативных способностей ребенка) / Н.И. Богуславская, Н.А. Купина. – Екатеринбург: «АРД ЛТД», 1998. – 192 с.
2. Ветрова, В.В. Уроки психологического здоровья./ В.В. Ветрова. - М.: Педагогическое общество России, 2000. – 192 с.
3. Л. И. Сивачева. Физкультура это радость! Спортивные игры с нестандартным оборудованием. Санкт-Петербург «Детство-Пресс» 2005г.
4. Л. Ф. Блинова. Физическое воспитание дошкольников. Методические рекомендации Казань: РИЦ «Школа», 2017.

Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной программы

1 год обучения

№	Месяц Недел я	Число	Время провед ения	Форма занятия	Ко л- во час .	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Лекция, практическое занятие	1	Мир движений.	спортзал	Рассказ, опрос
2.				Практическое занятие	1	Мир движений.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
3.				Практическое занятие	1	Красивая осанка.	спортзал	Выполнение нормативов, тестирование
4.				Практическое занятие	1	Красивая осанка.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
5.				Практическое занятие	1	Учись быстроте и ловкости.	спортзал	Тестирование
6.				Практическое занятие	1	Учись быстроте и ловкости.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
7.				Практическое занятие	1	Сила нужна каждому.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
8.				Практическое занятие	1	Сила нужна каждому.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
9.				Практическое занятие	1	Ловкий. Гибкий.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
10.				Практическое занятие	1	Ловкий. Гибкий.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
11.				Практическое занятие	1	. Весёлая скакалка	спортзал	Показ, имитация, рассказ
12.				Практическое занятие	1	. Весёлая скакалка	спортзал	Показ, имитация, рассказ
13.				Практическое занятие	1	Сила нужна каждому.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
14.				Практическое занятие	1	Сила нужна каждому.	спортзал	Показ, рассказ
15.				Практическое занятие	1	Развитие быстроты.	спортзал	Показ, рассказ
16.				Практическое занятие	1	Развитие быстроты.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
17.				Практическое занятие	1	Кто быстрее?	спортзал	Показ, имитация, рассказ
18.				Практическое занятие	1	Кто быстрее?	спортзал	Показ, имитация,

								рассказ
19.				Практическое занятие	1	Скакалочка- выручалочка.	спортзал	
20.				Практическое занятие	1	Скакалочка- выручалочка.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
21.				Практическое занятие	1	Ловкая и коварная гимнастическая палка.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
22.				Практическое занятие	1	Ловкая и коварная гимнастическая палка.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
23.				Практическое занятие	1	Команда быстроногих «Гуси – лебеди».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
24.				Практическое занятие	1	Команда быстроногих «Гуси – лебеди».	спортзал	Обобщение знаний и умений
25.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Обобщение знаний и умений
26.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Обобщение знаний и умений
27.				Практическое занятие	1	Метко в цель.	спортзал	Обобщение знаний и умений
28.				Практическое занятие	1	Метко в цель.	спортзал	Обобщение знаний и умений
29.				Практическое занятие	1	Путешествие по островам.	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
30.				Практическое занятие	1	Путешествие по островам.	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
31.				Практическое занятие	1	Развиваем точность движений.	спортзал	Обобщение знаний и умений
32.				Практическое занятие	1	Развиваем точность движений.	спортзал	Обобщение знаний и умений
33.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Показ, имитация, рассказ
34.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Показ, имитация, рассказ
35.				Практическое занятие	1	Броски мяча снизу в кольцо	спортзал	Показ, имитация, рассказ
36.				Практическое занятие	1	Броски мяча снизу в кольцо	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
37.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование

38.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Обобщение знаний и умений
39.				Практическое занятие	1	Команда быстроногих	спортзал	Обобщение знаний и умений
40.				Практическое занятие	1	Команда быстроногих	спортзал	Обобщение знаний и умений
41.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
42.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
43.				Практическое занятие	1	Броски мяча снизу в кольцо	спортзал	Показ, имитация, рассказ
44.				Практическое занятие	1	Броски мяча снизу в кольцо	спортзал	Показ, имитация, рассказ
45.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Показ, имитация, рассказ
46.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Показ, имитация, рассказ
47.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
48.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Обобщение знаний и умений
49.				Практическое занятие	1	Метко в цель.	спортзал	Обобщение знаний и умений
50.				Практическое занятие	1	Метко в цель.	спортзал	Обобщение знаний и умений
51.				Практическое занятие	1	Удивительная пальчиковая гимнастика.	спортзал	Обобщение знаний и умений
52.				Практическое занятие	1	Удивительная пальчиковая гимнастика.	спортзал	Обобщение знаний и умений
53.				Практическое занятие	1	Развитие скоростных качеств.	спортзал	Обобщение знаний и умений
54.				Практическое занятие	1	Развитие скоростных качеств.	спортзал	Обобщение знаний и умений
55.				Практическое занятие	1	Развитие выносливости.	спортзал	Обобщение знаний и умений
56.				Практическое	1	Развитие выносливости.	спортзал	Обобщение

				занятие				знаний и умений
57.				Практическое занятие	1	Развитие реакции.	спортзал	Обобщение знаний и умений
58.				Практическое занятие	1	Развитие реакции.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
59.				Практическое занятие	1	«Удочка».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
60.				Практическое занятие	1	«Удочка».	спортзал	Обобщение знаний и умений
61.				Практическое занятие	1	Прыжок за прыжком.	спортзал	Обобщение знаний и умений
62.				Практическое занятие	1	Прыжок за прыжком.	спортзал	Обобщение знаний и умений
63.				Практическое занятие	1	Мир движений и здоровья.	спортзал	Обобщение знаний и умений
64.				Практическое занятие	1	Мир движений и здоровья.	спортзал	Обобщение знаний и умений
65.				Практическое занятие	1	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми.	спортзал	Обобщение знаний и умений
66.				Практическое занятие	1	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми.	спортзал	Обобщение знаний и умений
67.				Практическое занятие	1	Красивая осанка.	спортзал	Обобщение знаний и умений
68.				Практическое занятие	1	Красивая осанка.	спортзал	Обобщение знаний и умений
69.				Практическое занятие	1	Учись быстроте и ловкости.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
70.				Практическое занятие	1	Учись быстроте и ловкости.	спортзал	Обобщение знаний и умений
71.				Практическое занятие	1	Сила нужна каждому.	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
72.				Практическое занятие	1	Сила нужна каждому.	спортзал	открытое занятие
73.				Лекция, практическое занятие	1	Ловкий. Гибкий.	спортзал	Рассказ, опрос
74.				Практическое занятие	1	Ловкий. Гибкий.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
75.				Практическое занятие	1	Весёлая скакалка.	спортзал	Выполнение нормативов,

								тестирование
76.				Практическое занятие	1	Весёлая скакалка.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
77.				Практическое занятие	1	Сила нужна каждому.	спортзал	Тестирование
78.				Практическое занятие	1	Сила нужна каждому.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
79.				Практическое занятие	1	Развитие быстроты.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
80.				Практическое занятие	1	Развитие быстроты.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
81.				Практическое занятие	1	Кто быстрее?	спортзал	Показ, имитация, рассказ
82.				Практическое занятие	1	Кто быстрее?	спортзал	Показ, имитация, рассказ
83.				Практическое занятие	1	Скакалочка- выручалочка.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
84.				Практическое занятие	1	Скакалочка- выручалочка.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
85.				Практическое занятие	1	Ловкая и коварная гимнастическая палка.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
86.				Практическое занятие	1	Ловкая и коварная гимнастическая палка.	спортзал	Показ, рассказ
87.				Практическое занятие	1	Команда быстроногих «Гуси – лебеди».	спортзал	Показ, рассказ
88.				Практическое занятие	1	Команда быстроногих «Гуси – лебеди».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
89.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
90.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
91.				Практическое занятие	1	Метко в цель.	спортзал	
92.				Практическое занятие	1	Метко в цель.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
93.				Практическое занятие	1	Путешествие по островам.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
94.				Практическое занятие	1	Путешествие по островам.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
95.				Практическое занятие	1	Развиваем точность движений.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
96.				Практическое занятие	1	Развиваем точность движений.	спортзал	Обобщение знаний и умений
97.				Практическое	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Обобщение

				занятие				знаний и умений
98.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Обобщение знаний и умений
99.				Практическое занятие	1	Броски мяча снизу в кольцо	спортзал	Обобщение знаний и умений
100.				Практическое занятие	1	Броски мяча снизу в кольцо	спортзал	Обобщение знаний и умений
101.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
102.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
103.				Практическое занятие	1	Команда быстроногих	спортзал	Обобщение знаний и умений
104.				Практическое занятие	1	Команда быстроногих	спортзал	Обобщение знаний и умений
105.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
106.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
107.				Практическое занятие	1	Броски мяча снизу в кольцо	спортзал	Показ, имитация, рассказ
108.				Практическое занятие	1	Броски мяча снизу в кольцо	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
109.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
110.				Практическое занятие	1	Эстафеты с мячами	спортзал	Обобщение знаний и умений
111.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Обобщение знаний и умений
112.				Практическое занятие	1	Выбираем бег.	спортзал	Обобщение знаний и умений
113.				Практическое занятие	1	Метко в цель.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
114.				Практическое занятие	1	Метко в цель.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
115.				Практическое занятие	1	Удивительная пальчиковая гимнастика.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
116.				Практическое	1	Удивительная пальчиковая	спортзал	Показ,

				занятие		гимнастика.		имитация, рассказ
117.				Практическое занятие	1	Развитие скоростных качеств.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
118.				Практическое занятие	1	Развитие скоростных качеств.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
119.				Практическое занятие	1	Развитие выносливости.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
120.				Практическое занятие	1	Развитие выносливости.	спортзал	Обобщение знаний и умений
121.				Практическое занятие	1	Развитие реакции.	спортзал	Обобщение знаний и умений
122.				Практическое занятие	1	Развитие реакции.	спортзал	Обобщение знаний и умений
123.				Практическое занятие	1	«Удочка».	спортзал	Обобщение знаний и умений
124.				Практическое занятие	1	«Удочка».	спортзал	Обобщение знаний и умений
125.				Практическое занятие	1	Прыжок за прыжком.	спортзал	Обобщение знаний и умений
126.				Практическое занятие	1	Прыжок за прыжком.	спортзал	Обобщение знаний и умений
127.				Практическое занятие	1	Мир движений и здоровья.	спортзал	Обобщение знаний и умений
128.				Практическое занятие	1	Мир движений и здоровья.	спортзал	Обобщение знаний и умений
129.				Практическое занятие	1	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми.	спортзал	Обобщение знаний и умений
130.				Практическое занятие	1	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
131.				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ. Пионербол	спортзал	Показ, имитация, рассказ
132.				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ. Пионербол	спортзал	Обобщение знаний и умений
133.				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ. Пионербол	спортзал	Обобщение знаний и умений

134.				Практическое занятие	1	Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	спортзал	Обобщение знаний и умений
135.				Практическое занятие	1	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	спортзал	Обобщение знаний и умений
136.				Практическое занятие	1	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	спортзал	Обобщение знаний и умений
137.				Практическое занятие	1	Мир движений и здоровья.	спортзал	Обобщение знаний и умений
138.				Практическое занятие	1	Мир движений и здоровья.	спортзал	Обобщение знаний и умений
139.				Практическое занятие	1	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми.	спортзал	Обобщение знаний и умений
140.				Практическое занятие	1	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми.	спортзал	Обобщение знаний и умений
141.				Практическое занятие	1	Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
142.				Практическое занятие	1	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	спортзал	Обобщение знаний и умений
143.				Практическое занятие	1	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи).	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
144.				Практическое занятие	1	Мы стали быстрыми, ловкими, сильными, выносливыми.	спортзал	открытое занятие

## 2 год обучения

№	Месяц Неделя	Число	Время проведения	Форма занятия	Ко л- во час	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Лекция, практическое занятие	1	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега	спортзал	Рассказ, опрос
2				Практическое занятие	1	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега	спортзал	Показ, имитация, рассказ
3				Практическое	1	Правила безопасного поведения	спортзал	Выполнение

				занятие		при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега		нормативов, тестирование
4				Практическое занятие	1	Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега	спортзал	Показ, имитация, рассказ
5				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»	спортзал	Тестирование
6				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
7				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
8				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
9				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
10				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
11				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
12				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
13				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
14				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»	спортзал	Показ, рассказ
15				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра	спортзал	Показ, рассказ

						«Невод». Игра «Колесо»		
16				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
17				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
18				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
19				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	спортзал	
20				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
21				Практическое занятие	1	Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой	спортзал	Показ, имитация, рассказ
22				Практическое занятие	1	Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»	спортзал	Обобщение знаний и умений
23				Практическое занятие	1	Здоровый образ жизни	спортзал	Показ, имитация, рассказ
24				Практическое занятие	1	Здоровье в порядке-спасибо зарядке!	спортзал	Показ, имитация, рассказ
25				Практическое занятие	1	Личная гигиена	спортзал	Показ, имитация, рассказ
26				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
27				Практическое занятие	1	Нарушение осанки	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
28				Практическое занятие	1	Современные подвижные игры: «Мяч по кругу»	спортзал	Обобщение знаний и умений
29				Практическое занятие	1	«Поймай рыбку»	спортзал	Обобщение знаний и умений
30				Практическое занятие	1	«Цепи кованы»	спортзал	Обобщение знаний и умений
31				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
32				Практическое занятие	1	«Змейка на асфальте»	спортзал	Показ, имитация, рассказ

33				Практическое занятие	1	«Бег с шариком»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
34				Практическое занятие	1	«Нас не слышно и не видно»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
35				Практическое занятие	1	«Третий лишний»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
36				Практическое занятие	1	«Ворота»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
37				Практическое занятие	1	«Чужая палочка»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
38				Практическое занятие	1	«Белки, шишки и орехи»	спортзал	Обобщение знаний и умений
39				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Обобщение знаний и умений
40				Практическое занятие	1	Нарушение осанки	спортзал	Обобщение знаний и умений
41				Практическое занятие	1	«След в след»	спортзал	Обобщение знаний и умений
42				Практическое занятие	1	Эстафета	спортзал	Обобщение знаний и умений
43				Практическое занятие	1	«Мишень»	спортзал	Обобщение знаний и умений
44				Практическое занятие	1	«С кочки на кочку»	спортзал	Обобщение знаний и умений
45				Практическое занятие	1	«Без пары»	спортзал	Обобщение знаний и умений
46				Практическое занятие	1	«Веревочка»	спортзал	Обобщение знаний и умений
47				Практическое занятие	1	«Плетень»	спортзал	Обобщение знаний и умений
48				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
49				Практическое занятие	1	«Кто больше»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
50				Практическое занятие	1	«Успевай, не зевай»	спортзал	Обобщение

				занятие				знаний и умений
51				Практическое занятие	1	«День и ночь»	спортзал	Обобщение знаний и умений
52				Практическое занятие	1	«Наперегонки парами»	спортзал	Обобщение знаний и умений
53				Практическое занятие	1	«Ловушки-перебежки»	спортзал	Обобщение знаний и умений
54				Практическое занятие	1	«Вызов номеров»	спортзал	Обобщение знаний и умений
55				Практическое занятие	1	Эстафета	спортзал	Обобщение знаний и умений
56				Практическое занятие	1	Здоровый образ жизни	спортзал	Обобщение знаний и умений
57				Практическое занятие	1	Здоровье в порядке-спасибо зарядке!	спортзал	Обобщение знаний и умений
58				Практическое занятие	1	Личная гигиена	спортзал	Обобщение знаний и умений
59				Практическое 4занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
60				Практическое занятие	1	Нарушение осанки	спортзал	Обобщение знаний и умений
61				Практическое занятие	1	«Двенадцать палочек»	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
62				Практическое занятие	1	«Катание яиц»	спортзал	открытое занятие
63				Лекция, практическое занятие	1	«Чижик»	спортзал	Рассказ, опрос
64				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
65				Практическое занятие	1	«Пустое место»	спортзал	Выполнение нормативов, тестирование
66				Практическое занятие	1	«Городки»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
67				Практическое занятие	1	«Пятнашки»	спортзал	Тестирование
68				Практическое занятие	1	«ВОЛКИ И ОВЦЫ»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
69				Практическое занятие	1	«Намотай ленту»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
70				Практическое занятие	1	«Лапта»	спортзал	Показ, имитация,

								рассказ
71				Практическое занятие	1	«Без соли соль»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
72				Практическое занятие	1	«Чет-нечет»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
73				Практическое занятие	1	«Серый волк»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
74				Практическое занятие	1	«Ловись, рыбка, большая и маленькая»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
75				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
76				Практическое занятие	1	Нарушение осанки	спортзал	Показ, рассказ
77				Практическое занятие	1	«Платок»	спортзал	Показ, рассказ
78				Практическое занятие	1	«Кто боится колдуна?»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
79				Практическое занятие	1	«Догонялки на санках»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
80				Практическое занятие	1	«Лучники»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
81				Практическое занятие	1	«ВОЛК»	спортзал	
82				Практическое занятие	1	«Камнепад»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
83				Практическое занятие	1	«Шаровки»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
84				Практическое занятие	1	«Горелки»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
85				Практическое занятие	1	«Штандер»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
86				Практическое занятие	1	«Рыбки»	спортзал	Обобщение знаний и умений
87				Практическое занятие	1	«Бабки»	спортзал	Обобщение знаний и умений
88				Практическое занятие	1	«Казачьи-разбойники»	спортзал	Обобщение знаний и умений
89				Практическое занятие	1	Эстафета	спортзал	Обобщение знаний и умений
90				Практическое занятие	1	Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки».	спортзал	Обобщение знаний и умений

						Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.		
91				Практическое занятие	1	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей . Подвижные игры: «Ловушки»	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
92				Практическое занятие	1	Подвижные игры: «Лиса в курытнике», «Чехорда». Эстафета с прыжками. Самостоятельные игры: «Прыжки через скакалку», «Классики».	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
93				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Два мороза», «Конники- спортсмены» Самостоятельные игры: «Прыжки через скакалку», «Классики».	спортзал	Обобщение знаний и умений
94				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя на бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры	спортзал	Обобщение знаний и умений
95				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
96				Практическое занятие	1	Комбинированная эстафета. Подвижные игры «Наперегонки парами», «Ловушки-перебежки». Самостоятельные игры	спортзал	Показ, имитация, рассказ
97				Практическое занятие	1	Разучивание игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
98				Практическое занятие	1	Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты» Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
99				Практическое занятие	1	Эстафете с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната»,	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование

						«Не намочи ног».		
101				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Береги предмет», «Кто первый через обруч к флажку?»	спортзал	Обобщение знаний и умений
102				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Пролезай – убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры	спортзал	Обобщение знаний и умений
103				Практическое занятие	1	«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.	спортзал	Обобщение знаний и умений
103				Практическое занятие	1	«Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
105				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Покати – догони», «Прыгай выше и дружнее». Весёлые старты.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
106				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
107				Практическое занятие	1	Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
108				Практическое занятие	1	«Гонки санок», «Попади в цель». Игры по выбору.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
109				Практическое занятие	1	Катание на лыжах. «Быстрые упряжки», «На санки». Игры по выбору.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
1101				Практическое занятие	1	Катание на лыжах. «Поменяй флажки», «Через препятствия». Самостоятельные игры.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
111				Практическое занятие	1	Катание на лыжах. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки». Самостоятельные игры.	спортзал	Обобщение знаний и умений
112				Практическое занятие	1	Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето». Игры по выбору.	спортзал	Обобщение знаний и умений
113				Практическое занятие	1	Эстафета на лыжах.	спортзал	Обобщение знаний и

						Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.		умений
114				Практическое занятие	1	Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.	спортзал	Обобщение знаний и умений
115				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен». Самостоятельные игры.	спортзал	Обобщение знаний и умений
116				Практическое занятие	1	«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.	спортзал	Обобщение знаний и умений
117				Практическое занятие	1	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол.	спортзал	Обобщение знаний и умений
118				Практическое занятие	1	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.	спортзал	Обобщение знаний и умений
119				Практическое занятие	1	«Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.	спортзал	Обобщение знаний и умений
120				Практическое занятие	1	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик».	спортзал	Обобщение знаний и умений
121				Практическое занятие	1	«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка», «Через ручей». Комбинированная эстафета. Игры по выбору.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
122				Практическое занятие	1	«Запрещённое движение», «Ловушки с приседанием». Эстафета с обменом мячей.	спортзал	Показ, имитация, рассказ

						Игры по выбору.		
123				Практическое занятие	1	Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву» Комбинированная эстафета..	спортзал	Обобщение знаний и умений
124				Практическое занятие	1	Упражнения на формирование правильной осанки. Игра «Волк во рву»,	спортзал	Обобщение знаний и умений
125				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игра с прыжками «Попрыгунчики-воробушки», «Прыжки по полоскам»	спортзал	Обобщение знаний и умений
126				Практическое занятие	1	Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».	спортзал	Обобщение знаний и умений
127				Практическое занятие	1	Эстафеты с санками и лыжами	спортзал	Обобщение знаний и умений
128				Практическое занятие	1	Игры на лыжах «Биатлон»	спортзал	Обобщение знаний и умений
129				Практическое занятие	1	Игры зимой:«Охота на куропаток»	спортзал	Обобщение знаний и умений
130				Практическое занятие	1	Построение. Строевые упражнения перемещение.	спортзал	Обобщение знаний и умений
131				Практическое занятие	1	Построение. Строевые упражнения перемещение.	спортзал	Обобщение знаний и умений
132				Практическое занятие	1	Построение. Строевые упражнения перемещение.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
133				Практическое занятие	1	Построение. Строевые упражнения перемещение.	спортзал	Обобщение знаний и умений
134				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игра «Перемена мест» Игра «Удочка», «Бой петухов»	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
135				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игра «Салки с мячом».	спортзал	открытое занятие
136				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры со скакалкой, мячом.	спортзал	Обобщение знаний и умений

137				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры, эстафеты, Весёлые минутки.	спортзал	Обобщение знаний и умений
138				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Эстафеты с предметами	спортзал	Обобщение знаний и умений
139				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Эстафеты с предметами и без	спортзал	Обобщение знаний и умений
140				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Эстафеты с надувными шарами	спортзал	Обобщение знаний и умений
141				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Пионербол, футбол	спортзал	Обобщение знаний и умений
142				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Пионербол, футбол	спортзал	Показ, имитация, рассказ
143				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры по желанию детей	спортзал	Обобщение знаний и умений
144				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры по желанию детей	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование

### 3 год обучения

№	Месяц Неделя	Число	Время проведения	Форма занятия	Ко л- во час .	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Лекция, практическое занятие	1	Беседа: «Мир движений и здоровье». Правила игр. Строевые упражнения	спортзал	Рассказ, опрос
2				Практическое занятие	1	«Беседа о гигиене» Правила игр.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
3				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры «Художник» «Все помню»	спортзал	Выполнение нормативов, тестирование
4				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры: «Море волнуется», «Запрещенное движение». Ору с	спортзал	Показ, имитация, рассказ

						использованием скороговорок.		
5				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. «Два мороза». Эстафеты с примерами на сложение и вычитание.	спортзал	Тестирование
6				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры «Угадай чей голосок», «Определим игрушку».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
7				Практическое занятие	1	Беседа: «Чтоб здоровыми остаться надо...». Составить слова по карточкам: здоровье, спорт, зарядка Знакомство с правилами и проведение игр	спортзал	Показ, имитация, рассказ
8				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игра с элементами ОРУ «Кочка, дорожка, копна», «Космонавты»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
9				Практическое занятие	1	Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	спортзал	Показ, имитация, рассказ
10				Практическое занятие	1	Беседа «Я сильный, ловкий, быстрый». Эстафеты с баскетбольным мячом.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
11				Практическое занятие	1	Игра с мячом «Охотники и утки», «Совушка».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
12				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Весёлые старты со скакалкой.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
13				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игра «не давай мяч водящему», «Зайцы в огороде»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
14				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры: «Быстро по местам». «Гуси».	спортзал	Показ, рассказ

						Самостоятельные игры: мальчики – футбол, девочки – «классики».		
15				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Охотники»  Самостоятельные игры: мальчики – футбол, девочки – прыжки через скакалку	спортзал	Показ, рассказ
16				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Два мороза»  Самостоятельные игры: повторение игр, пройденных на уроках.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
17				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Соревнования по подвижным играм.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
18				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Старт за мячом». Повторение игр	спортзал	Показ, имитация, рассказ
19				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Подвижные игры: «Два мороза». «У медведя во бору» . Повторение игр.	спортзал	
20				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Ловишки - перебежки» «Наперегонки парами». «Быстрее по местам»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
21				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Отгадай, чей голосок? »	спортзал	Показ, имитация, рассказ

						«Наперегонки парами».		
22				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Веселые старты	спортзал	Обобщение знаний и умений
23				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Цветы». «Прыгающие воробушки».  Повторение понравившихся игр.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
24				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Повторение игр, пройденных на уроках.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
25				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Мяч соседу» «Пустое место»  Повторение игр, пройденных на уроках.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
26				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Соревнования по подвижным играм,  повторение игр, пройденных на уроках.	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
27				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Эстафета – чехарда». « Не давай мяч водящему».	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
28				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Эстафеты-поезда».  «Кросс с мячом». «Бой	спортзал	Обобщение знаний и умений

						петухов».		
29				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Мячом в корзину»  Повторение игр, пройденных на уроках.	спортзал	Обобщение знаний и умений
30				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры «Космонавты»	спортзал	Обобщение знаний и умений
31				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Попади в цель».  «Сороконожка»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
32				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Тяни-толкай».  «Подвижная цель».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
33				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Повторение игр, пройденных на уроках.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
34				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Дай руку»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
35				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Игра «Защити башню»  Повторение игр, пройденных на уроках.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
36				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе.	спортзал	Показ, имитация,

						ОРУ. Игра «Дальше бросишь - ближе бежать»		рассказ
37				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игра «Карельские салки». Строевые упражнения.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
38				Практическое занятие	1	Самостоятельные занятия: катание на лыжах, санках, с горы на ледянках.	спортзал	Обобщение знаний и умений
39				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Строевые упражнения.  Перестроения в шеренге.	спортзал	Обобщение знаний и умений
40				Практическое занятие	1	Самостоятельные занятия: катание на лыжах, санках, с горы на ледянках.	спортзал	Обобщение знаний и умений
41				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Третий лишний». Строевые упражнения.  Перестроения в шеренге.	спортзал	Обобщение знаний и умений
42				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Подвижные игры: «Бездомный заяц».  Повторение игр, пройденных на уроках.	спортзал	Обобщение знаний и умений
43				Практическое занятие	1	Построение. Строевые упражнения	спортзал	Обобщение знаний и умений
44				Практическое занятие	1	Построение. Строевые упражнения	спортзал	Обобщение знаний и умений
45				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Игра «Цвет»	спортзал	Обобщение знаний и умений

						Повторение игр, пройденных на уроках.		
46				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Повторение игр, пройденных на уроках.	спортзал	Обобщение знаний и умений
47				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Игры с мячом	спортзал	Обобщение знаний и умений
48				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Игры с мячом	спортзал	Показ, имитация, рассказ
49				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Веселые старты	спортзал	Показ, имитация, рассказ
50				Практическое занятие	1	Шашечный турнир	спортзал	Обобщение знаний и умений
51				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Игра «Не наступи на снежный ком».  Повторение игр, пройденных на уроках.	спортзал	Обобщение знаний и умений
52				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Составление упражнений для утренней гимнастики. Эстафеты с обручами	спортзал	Обобщение знаний и умений
53				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ.  Эстафеты с баскетбольным мячом.	спортзал	Обобщение знаний и умений
54				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры с мячом	спортзал	Обобщение знаний и умений
55				Практическое занятие	1	Спортивная эстафета.	спортзал	Обобщение знаний и умений

56				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры со скакалкой и мячом.	спортзал	Обобщение знаний и умений
57				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры со скакалкой и мячом.	спортзал	Обобщение знаний и умений
58				Практическое занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. Игры со скакалкой и мячом.	спортзал	Обобщение знаний и умений
59				Практическое 4занятие	1	Бег в медленном темпе. ОРУ. «Прыжок за прыжком»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
60				Практическое занятие	1	Игры со скакалкой и мячом. Футбол	спортзал	Обобщение знаний и умений
61				Практическое занятие	1	Игры со скакалкой и мячом. Футбол	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
62				Практическое занятие	1	Пионербол. Футбол	спортзал	открытое занятие
63				Лекция, практическое занятие	1	Пионербол. Футбол	спортзал	Рассказ, опрос
64				Практическое занятие	1	Пионербол. Футбол	спортзал	Показ, имитация, рассказ
65				Практическое занятие	1	Спортивный праздник	спортзал	Выполнение нормативов, тестирование
66				Практическое занятие	1	Здоровый образ жизни	спортзал	Показ, имитация, рассказ
67				Практическое занятие	1	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	спортзал	Тестирование
68				Практическое занятие	1	Личная гигиена	спортзал	Показ, имитация, рассказ
69				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
70				Практическое занятие	1	Нарушение осанки	спортзал	Показ, имитация, рассказ
71				Практическое занятие	1	<b>Русские народные игры и забавы</b> “Щука”	спортзал	Показ, имитация, рассказ
72				Практическое занятие	1	“Водяной”	спортзал	Показ, имитация, рассказ
73				Практическое	1	“Третий лишний”	спортзал	Показ,

				занятие				имитация, рассказ
74				Практическое занятие	1	“На золотом крыльце сидели...”	спортзал	Показ, имитация, рассказ
75				Практическое занятие	1	“Кандалы”	спортзал	Показ, имитация, рассказ
76				Практическое занятие	1	“Ворота”	спортзал	Показ, рассказ
77				Практическое занятие	1	“Слон”	спортзал	Показ, рассказ
78				Практическое занятие	1	“Козел”	спортзал	Показ, имитация, рассказ
79				Практическое занятие	1	«Лягушки и цапля»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
80				Практическое занятие	1	«Волк во рву»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
81				Практическое занятие	1	«Прыгуны»	спортзал	
82				Практическое занятие	1	«Лошади»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
83				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
84				Практическое занятие	1	«Птички и клетка»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
85				Практическое занятие	1	«Северный и южный ветер»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
86				Практическое занятие	1	«Бой петухов»	спортзал	Обобщение знаний и умений
87				Практическое занятие	1	«Караси и щука»	спортзал	Обобщение знаний и умений
88				Практическое занятие	1	«Лиса в курятнике»	спортзал	Обобщение знаний и умений
89				Практическое занятие	1	«Река и ров»	спортзал	Обобщение знаний и умений
90				Практическое занятие	1	<u>«Горячая картошка»</u>	спортзал	Обобщение знаний и умений
91				Практическое занятие	1	<u>«Заяц без логова»</u>	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
92				Практическое занятие	1	<u>«Подвижная цель»</u>	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
93				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Обобщение знаний и умений

94				Практическое занятие	1	<u>«Бредень»</u>	спортзал	Обобщение знаний и умений
95				Практическое занятие	1	<u>«Заколдованный замок»</u>	спортзал	Показ, имитация, рассказ
96				Практическое занятие	1	<u>«Али-баба»</u>	спортзал	Показ, имитация, рассказ
97				Практическое занятие	1	<u>«Два Мороза»</u>	спортзал	Показ, имитация, рассказ
98				Практическое занятие	1	"Жар-птица".	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
99				Практическое занятие	1	"Перетягивание вoзa".	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
101				Практическое занятие	1	Здоровый образ жизни	спортзал	Обобщение знаний и умений
102				Практическое занятие	1	Здоровье в порядке-спасибо зарядке!	спортзал	Обобщение знаний и умений
103				Практическое занятие	1	Личная гигиена	спортзал	Обобщение знаний и умений
103				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
105				Практическое занятие	1	Нарушение осанки	спортзал	Показ, имитация, рассказ
106				Практическое занятие	1	<b>Русские игровые традиции в подвижных играх</b> «Зазывалки»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
107				Практическое занятие	1	«Жребий»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
108				Практическое занятие	1	«Волки во рву»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
109				Практическое занятие	1	«Волки и овцы»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
1101				Практическое занятие	1	«Медведь и вожак»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
111				Практическое занятие	1	«Водяной»	спортзал	Обобщение знаний и умений
112				Практическое занятие	1	«Невод»	спортзал	Обобщение знаний и умений
113				Практическое	1	«Чехарда»	спортзал	Обобщение

				занятие				знаний и умений
114				Практическое занятие	1	«Птицелов»	спортзал	Обобщение знаний и умений
115				Практическое занятие	1	«Жмурки»	спортзал	Обобщение знаний и умений
116				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Обобщение знаний и умений
117				Практическое занятие	1	«Дуга»	спортзал	Обобщение знаний и умений
118				Практическое занятие	1	«Кот и мышь»	спортзал	Обобщение знаний и умений
119				Практическое занятие	1	«Ляпка»	спортзал	Обобщение знаний и умений
120				Практическое занятие	1	«Заря»	спортзал	Обобщение знаний и умений
121				Практическое занятие	1	«Гуси»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
122				Практическое занятие	1	«Удар по веревочке»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
123				Практическое занятие	1	«Зайки»	спортзал	Обобщение знаний и умений
124				Практическое занятие	1	«Прыганье со связанными ногами»	спортзал	Обобщение знаний и умений
125				Практическое занятие	1	«У медведя во бору»	спортзал	Обобщение знаний и умений
126				Практическое занятие	1	«Гуси»	спортзал	Обобщение знаний и умений
127				Практическое занятие	1	«Бой петухов»	спортзал	Обобщение знаний и умений
128				Практическое занятие	1	«Переездной конь»	спортзал	Обобщение знаний и умений
129				Практическое занятие	1	«Зелёная репка»	спортзал	Обобщение знаний и умений
130				Практическое занятие	1	«Дударь»	спортзал	Обобщение знаний и умений

131				Практическое занятие	1	«Капустка»	спортзал	Обобщение знаний и умений
132				Практическое занятие	1	«Солнышко»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
133				Практическое занятие	1	«В круги»	спортзал	Обобщение знаний и умений
134				Практическое занятие	1	«Медом или сахаром»	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
135				Практическое занятие	1	Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	спортзал	открытое занятие
136				Практическое занятие	1	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей . Подвижные игры: «Ловушки»	спортзал	Обобщение знаний и умений
137				Практическое занятие	1	Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехорда». Эстафета с прыжками. Самостоятельные игры: «Прыжки через скакалку», «Классики».	спортзал	Обобщение знаний и умений
138				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены» Самостоятельные игры: «Прыжки через скакалку», «Классики».	спортзал	Обобщение знаний и умений
139				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя на бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры	спортзал	Обобщение знаний и умений
140				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик»	спортзал	Обобщение знаний и умений
141				Практическое занятие	1	Комбинированная эстафета. Подвижные игры «Наперегонки парами», «Ловушки-перебежки». Самостоятельные игры	спортзал	Обобщение знаний и умений
142				Практическое занятие	1	Разучивание игры	спортзал	Показ, имитация,

						«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.		рассказ
143				Практическое занятие	1	Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты» Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	спортзал	Обобщение знаний и умений
144				Практическое занятие	1	Эстафете с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната», «Не намочи ног».	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование

#### 4 год обучения

№	Месяц Неделя	Число	Время проведения	Форма занятия	Ко- л- во час	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Лекция, практическое занятие	1	Здоровый образ жизни	спортзал	Рассказ, опрос
2				Практическое занятие	1	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	спортзал	Показ, имитация, рассказ
3				Практическое занятие	1	Личная гигиена	спортзал	Выполнение нормативов, тестирование
4				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
5				Практическое занятие	1	Нарушение осанки	спортзал	Тестирование
6				Практическое занятие	1	Современные подвижные игры: «Мяч по кругу»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
7				Практическое занятие	1	«Поймай рыбку»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
8				Практическое занятие	1	«Цепи кованы»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
9				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
10				Практическое занятие	1	«Змейка на асфальте»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
11				Практическое занятие	1	«Бег с шариком»	спортзал	Показ, имитация,

								рассказ
12				Практическое занятие	1	«Нас не слышно и не видно»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
13				Практическое занятие	1	«Третий лишний»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
14				Практическое занятие	1	«Ворота»	спортзал	Показ, рассказ
15				Практическое занятие	1	«Чужая палочка»	спортзал	Показ, рассказ
16				Практическое занятие	1	«Белки, шишки и орехи»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
17				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Показ, имитация, рассказ
18				Практическое занятие	1	Нарушение осанки	спортзал	Показ, имитация, рассказ
19				Практическое занятие	1	«След в след»	спортзал	
20				Практическое занятие	1	Эстафета	спортзал	Показ, имитация, рассказ
21				Практическое занятие	1	«Мишень»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
22				Практическое занятие	1	«С кочки на кочку»	спортзал	Обобщение знаний и умений
23				Практическое занятие	1	«Без пары»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
24				Практическое занятие	1	«Веревочка»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
25				Практическое занятие	1	«Плетень»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
26				Практическое занятие	1	Профилактика травматизма	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
27				Практическое занятие	1	«Кто больше»	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
28				Практическое занятие	1	«Успевай, не зевай»	спортзал	Обобщение знаний и умений
29				Практическое занятие	1	«День и ночь»	спортзал	Обобщение знаний и умений

30				Практическое занятие	1	«Наперегонки парами»	спортзал	Обобщение знаний и умений
31				Практическое занятие	1	«Ловушки-перебежки»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
32				Практическое занятие	1	«Вызов номеров»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
33				Практическое занятие	1	Эстафета	спортзал	Показ, имитация, рассказ
34				Практическое занятие	1	Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
35				Практическое занятие	1	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловушки»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
36				Практическое занятие	1	Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехорда». Эстафета с прыжками. Самостоятельные игры: «Прыжки через скакалку», «Классики».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
37				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены» Самостоятельные игры: «Прыжки через скакалку», «Классики».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
38				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя на бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры	спортзал	Обобщение знаний и умений
39				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик»	спортзал	Обобщение знаний и умений
40				Практическое занятие	1	Комбинированная эстафета. Подвижные игры «Наперегонки парами», «Ловушки-перебежки». Самостоятельные игры	спортзал	Обобщение знаний и умений
41				Практическое	1	Разучивание игры	спортзал	Обобщение

				занятие		«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.		е знаний и умений
42				Практическое занятие	1	Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты» Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	спортзал	Обобщение знаний и умений
43				Практическое занятие	1	Эстафете с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната», «Не намочи ног».	спортзал	Обобщение знаний и умений
44				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Береги предмет», «Кто первый через обруч к флажку?»	спортзал	Обобщение знаний и умений
45				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Пролезай – убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры	спортзал	Обобщение знаний и умений
46				Практическое занятие	1	«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.	спортзал	Обобщение знаний и умений
47				Практическое занятие	1	«Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.	спортзал	Обобщение знаний и умений
48				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Покати – догони», «Прыгай выше и дружнее». Весёлые старты.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
49				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
50				Практическое занятие	1	Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору.	спортзал	Обобщение знаний и умений
51				Практическое занятие	1	«Гонки санок», «Попади в цель». Игры по выбору.	спортзал	Обобщение знаний и умений
52				Практическое занятие	1	Катание на лыжах. «Быстрые упряжки», «На санки». Игры	спортзал	Обобщение знаний и умений

						по выбору.		
53				Практическое занятие	1	Катание на лыжах. «Поменяй флажки», «Через препятствия». Самостоятельные игры.	спортзал	Обобщение знаний и умений
54				Практическое занятие	1	Катание на лыжах. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки». Самостоятельные игры.	спортзал	Обобщение знаний и умений
55				Практическое занятие	1	Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето». Игры по выбору.	спортзал	Обобщение знаний и умений
56				Практическое занятие	1	Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.	спортзал	Обобщение знаний и умений
57				Практическое занятие	1	Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.	спортзал	Обобщение знаний и умений
58				Практическое занятие	1	Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен». Самостоятельные игры.	спортзал	Обобщение знаний и умений
59				Практическое 4занятие	1	«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
60				Практическое занятие	1	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол.	спортзал	Обобщение знаний и умений
61				Практическое занятие	1	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
62				Практическое занятие	1	«Успей поймать»,	спортзал	открытое занятие

						«Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.		
63				Лекция, практическое занятие	1	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик».	спортзал	Рассказ, опрос
64				Практическое занятие	1	«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка», «Через ручей». Комбинированная эстафета. Игры по выбору.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
65				Практическое занятие	1	«Запрещённое движение», «Ловушки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору.	спортзал	Выполнение нормативов, тестирование
66				Практическое занятие	1	Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву» Комбинированная эстафета..	спортзал	Показ, имитация, рассказ
67				Практическое занятие	1	Правила безопасного поведения при с играх мячом.	спортзал	Тестирование
68				Практическое занятие	1	Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
69				Практическое занятие	1	Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
70				Практическое занятие	1	Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
71				Практическое занятие	1	Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
72				Практическое занятие	1	Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
73				Практическое занятие	1	Комплекс специальных упражнений «Ровная	спортзал	Показ, имитация,

						спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».		рассказ
74				Практическое занятие	1	Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
75				Практическое занятие	1	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
76				Практическое занятие	1	Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»	спортзал	Показ, рассказ
77				Практическое занятие	1	Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.	спортзал	Показ, рассказ
78				Практическое занятие	1	Игра «Лепим снежную бабу». Игра «Лепим сказочных героев».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
79				Практическое занятие	1	Игра «Санные поезда».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
80				Практическое занятие	1	Игра «На одной лыже». Игра «Езда на перекладных»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
81				Практическое занятие	1	Правила безопасного поведения при проведении эстафет Способы деления на команды. Считалки	спортзал	
82				Практическое занятие	1	Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
83				Практическое занятие	1	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
84				Практическое занятие	1	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
85				Практическое занятие	1	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
86				Практическое занятие	1	История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая	спортзал	Обобщение знаний и умений

						терминология.		
87				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»	спортзал	Обобщение знаний и умений
88				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»	спортзал	Обобщение знаний и умений
89				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр. Игра «Котел»	спортзал	Обобщение знаний и умений
90				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".	спортзал	Обобщение знаний и умений
91				Практическое занятие	1	Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
92				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
93				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта	спортзал	Обобщение знаний и умений
94				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».	спортзал	Обобщение знаний и умений
95				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
96				Практическое занятие	1	Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
97				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч	спортзал	Показ, имитация, рассказ
98				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
99				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ с	спортзал	Обобщение

						набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил» Игра «Защищай ворота».		знаний и умений, тестирование
101				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч».Игра «Мяч в центре».	спортзал	Обобщение знаний и умений
102				Практическое занятие	1	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.	спортзал	Обобщение знаний и умений
103				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ. Игра «Туда- обратно». Игра «Зайцы в огороде».	спортзал	Обобщение знаний и умений
103				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи».Игра «белые медведи».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
105				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
106				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
107				Практическое занятие	1	Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
108				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
109				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
1101				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».	спортзал	Показ, имитация, рассказ
111				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».	спортзал	Обобщение знаний и умений
112				Практическое занятие	1	Правила безопасного поведения при катании на	спортзал	Обобщение знаний и

						лыжах, санках. Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.		умений
113				Практическое занятие	1	Игра «Снежком по мячу». Игра «Пустое место».	спортзал	Обобщение знаний и умений
114				Практическое занятие	1	Игра «Кто дальше» (на лыжах).	спортзал	Обобщение знаний и умений
115				Практическое занятие	1	Игра «Быстрый лыжник».	спортзал	Обобщение знаний и умений
116				Практическое занятие	1	Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.	спортзал	Обобщение знаний и умений
117				Практическое занятие	1	Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.	спортзал	Обобщение знаний и умений
118				Практическое занятие	1	Эстафета с лазанием и перелезанием,	спортзал	Обобщение знаний и умений
119				Практическое занятие	1	Эстафета линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».	спортзал	Обобщение знаний и умений
120				Практическое занятие	1	Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)	спортзал	Обобщение знаний и умений
121				Практическое занятие	1	Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
122				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр. Игра "Корову доить".	спортзал	Показ, имитация, рассказ
123				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр.	спортзал	Обобщение

						Игра "Малечина - колечина".		знаний и умений
124				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр. Игра "Коршун".	спортзал	Обобщение знаний и умений
125				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр. Игра "Бабки".	спортзал	Обобщение знаний и умений
126				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».	спортзал	Обобщение знаний и умений
127				Практическое занятие	1	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.	спортзал	Обобщение знаний и умений
128				Практическое занятие	1	Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».	спортзал	Обобщение знаний и умений
129				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»	спортзал	Обобщение знаний и умений
130				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».	спортзал	Обобщение знаний и умений
131				Практическое занятие	1	Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»	спортзал	Обобщение знаний и умений
132				Практическое занятие	1	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.	спортзал	Показ, имитация, рассказ
133				Практическое занятие	1	Игра «Строим крепость».	спортзал	Обобщение знаний и умений
134				Практическое занятие	1	Игра «Взятие снежного городка». Игра «Меткой стрелок».	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование
135				Практическое занятие	1	Игра «Лепим снеговика».	спортзал	открытое занятие
136				Практическое занятие	1	Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.	спортзал	Обобщение знаний и умений

137				Практическое занятие	1	Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».	спортзал	Обобщение знаний и умений
138				Практическое занятие	1	Эстафета «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».	спортзал	Обобщение знаний и умений
139				Практическое занятие	1	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	спортзал	Обобщение знаний и умений
140				Практическое занятие	1	Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».	спортзал	Обобщение знаний и умений
141				Практическое занятие	1	Материальная и духовная проведение игр на праздниках.	спортзал	Обобщение знаний и умений
142				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»	спортзал	Показ, имитация, рассказ
143				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр. Игра "Горелки".	спортзал	Обобщение знаний и умений
144				Практическое занятие	1	Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»	спортзал	Обобщение знаний и умений, тестирование