

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
основная общеобразовательная школа с. Марьино-Николаевка  
Тербунского муниципального района Липецкой области

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
Протокол № 1 от 26.08 г  
2024

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом директора  
МБОУ ООШ с. Марьино-Николаевка  
№ 63 от 26.08.2024  
Директор школы В.А.Иванова



Дополнительная общеобразовательная  
программа - дополнительная общеразвивающая  
программа спортивно-оздоровительной  
направленности  
«Подвижные игры»

Возраст обучающихся 8-10 лет  
Срок реализации программы — 3 года

Составитель:  
Полунин А.А. -учитель физической культуры  
высшей квалификационной категории

с. Марьино-Николаевка  
2024

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка .....	3-4
2. Цель и задачи .....	4-5
3. Планируемые результаты освоения.....	6-7
4. Учебный план.....	8
5. Календарный учебный график .....	8
6. Содержание программы.....	9
7. Организационно-педагогические условия .....	10
8. Оценочные и методические материалы .....	10
9. Список литературы.....	11-12
10. Приложение	
Рабочая программа по курсу «Подвижные игры» .....	13-19

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

На современном этапе общественного развития главное значение имеет формирование физически здоровой, социально активной, развитой личности. Основы становления полноценной личности закладываются с самого раннего детства.

Поскольку у педагогов и психологов в последние годы вызывают опасения материалы, свидетельствующие о неблагополучии физического и психического здоровья школьников, основная задача обучения детей состоит в физическом и интеллектуальном развитии учащихся при таких условиях, когда обучение должно стать естественной формой выражения детской жизни.

Игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других.

Игры наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности. Таким образом, игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры.

Дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные игры» разработана на основе следующих **нормативно-правовых документов**:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный закон Российской Федерации от 3 июля 2016 г. № 313-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
- Закон РФ от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р г. Москва «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467).
- Указ Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Устав учреждения.

### **Особенности программы.**

Предлагаемая программа знакомит учащихся с играми, игровыми ситуациями. Процесс формирования первичных умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей, ведь детские подвижные игры несут огромную, и может быть самую важную роль в физическом развитии ребенка.

Основу учебного материала составляют игры, сходные по определенным признакам:

- по видовому отражению национальной культуры (отражается отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добра против зла);
- по интенсивности используемых в игре движений (игры бывают малой, средней и высокой интенсивности);
- по содержанию и сложности построения игры (простые, переходящие, командные);
- по способу проведения (с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, ролевые, сюжетные)
- по физическим качествам, преимущественно проявленным в игре (игры, преимущественно способствующие воспитанию силы, выносливости, ловкости, быстроты, гибкости);
- по отношению к структуре занятий (для подготовительной, основной, заключительной частей занятий).

### **ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:** воспитание самосознания в области образования на основе возрождения традиционной и развития современной игровой культуры, духовное совершенствование физически здоровой личности, расширение его историко-культурного кругозора.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных **задач:**

*Обучающие:*

- приобретение знаний о играх, о традициях, истории ;
- обучение разнообразным правилам игр и других физических упражнений игровой направленности;
- прививать необходимые теоретические знания в области
- физической культуры, спорта, гигиены.

*Развивающие:*

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- гармоническое развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
- повышение физической и умственной работоспособности школьника.

*Воспитывающие:*

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
- прививать учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

**Возрастной диапазон** детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы: 8-10 лет.

**Срок реализации** дополнительной образовательной программы – 3 года. Для выполнения поставленных задач программой предусмотрены следующие основные виды занятий: подвижные игры, спортивные соревнования, эстафеты.

При организации занятий, важная роль принадлежит вопросам, связанным с соблюдением техники безопасности.

**Количество воспитанников в группе от 10 до 15 человек**

**Режим занятий:**

- группа 1 года обучения:

периодичность занятий: 2 часа в неделю продолжительностью 45 минут

общее количество часов: 68 часов

**Программа реализуется через следующие формы:**

На занятиях применяются разные формы подвижных игр: сюжетно-ролевые игры (участники сами определяют цель и правила игры); игры-забавы; имитирующие игры.

**Форма реализации программы:** очная

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

*Личностными результатами* дополнительной общеразвивающей программы по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

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

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

### **1. Регулятивные УУД:**

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

### **2. Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

### **3. Коммуникативные УУД:**

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);

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

***Оздоровительные результаты дополнительной общеразвивающей программы :***

Первостепенным результатом реализации дополнительной общеразвивающей программы является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие:

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

## Учебный план

№ п/п	Наименование курса	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		теоретически	практических	всего	
1	Подвижные игры (1-й год обучения)	16	52	68	портфолио образовательных достижений
	Итого	16	52	68	

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Начало обучения: 01 сентября.

Окончание периода обучения: 30 мая.

Срок реализации программы – 3 года

Всего:68 часа.

Режим занятий - 2 раза в неделю.

Продолжительность занятий - 45 минут.

Количество учащихся в группе: до 15 человек.

Форма проведения занятий: разные формы подвижных игр (сюжетно-ролевые игры (участники сами определяют цель и правила игры); игры-забавы; имитирующие игры).

Форма организации - кружок.

Форма реализации программы – очная

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Тема 1. Мир движений. Значение игр в жизни человека.** Игры: «Игра белок», «Разведчики», «Щенок».

**Тема 2. Красивая осанка: что это такое.** Игры: «Хвостики». «Паровоз».

**Тема 3. Учись быстроте и ловкости.** Игры: «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный».

**Тема 4. Сила нужна каждому.** Игры: «Кто сильнее?», «Салки со стопами», «Удочка с прыжками» «Очистить свой сад от камней».

**Тема 5. Ловкий. Гибкий.** Игры: «Снип–Снап», «Быстрая тройка».

**Тема 6. Весёлая скакалка. История возникновения скакалки.** Игры: «Медведь спит», «Весёлая скакалка».

**Тема 7. Развитие быстроты.** Игры: «Командные салки», «Сокол и голуби».

**Тема 8. Кто быстрее? Одно из физических качеств человека.** Игры: «Найди нужный цвет», «Разведчики».

**Тема 9. Ловкая и коварная гимнастическая палка. Гимнастическая палка – это гимнастический предмет.** Игры: «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга».

**Тема 10. Выбираем бег.** Игры: «Кто быстрее?», «Сумей догнать».

**Тема 11. Метко в цель. Упражнения для развития меткости.** Игры: «Метко в цель», «Салки с большими мячами».

**Тема 12. Путешествие по островам. Виды путешествий. Что такое остров?** Игры: «Назови имя», «Бездомный заяц», «Лягушки в болоте».

**Тема 13. Развиваем точность движений. Где это может пригодиться?** Игры: «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель». «Воробушки и кот».

**Тема 14. Зимнее солнышко. Времена года. Зимние приметы в природе.** Игры: «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик», «Кто быстрее приготовиться».

**Тема 15. Игры на свежем воздухе. Из чего состоит воздух.** Игры: «Штурм высоты», «Поезд», «Салки», «Мы строим крепость» и др. по выбору учащихся.

**Тема 16. Удивительная пальчиковая гимнастика.** Игры: «Метание в цель», «Попади в мяч».

**Тема 17. Развитие скоростных качеств.** Игра «Быстро в строй».

**Тема 18. Развитие выносливости.** Игры: «Назови имя», «», «Статуя», «Метко в цель», «Гуси и волк», «Кот идет», «Вышибалы», «Оленьи упряжки», «Мы веселые ребята», «Пчелки», «Товарищ командир», «Летает - не летает».

**Тема 19. Развитие реакции.** Игры: «Пустое место», «Часовые и разведчики».

**Праздник игр.**

## ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально – техническое обеспечение	Методическое обеспечение
<ul style="list-style-type: none"> <li>- школьный стадион</li> <li>- спортивный зал</li> <li>- баскетбольные мячи</li> <li>- набивные мячи</li> <li>- скакалки</li> <li>- разноцветные фишки</li> <li>- гимнастические маты</li> <li>- шведская стенка</li> <li>- гимнастические скамейки</li> </ul>	- методическая литература по подготовке к проведению подвижных игр.

## ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### Карта образовательных достижений

Название курса, кол-во часов \_\_\_\_\_

Ф.И.О. учащегося \_\_\_\_\_

№ п/п	Показатели результативности освоения курса	Оценка результативности освоения курса		
		1 балл (низкий уровень)	2 балла (средний уровень)	3 балла (высокий уровень)
1.	Теоретические знания			
2.	Практические умения и навыки			
3.	Самостоятельность в познавательной деятельности			
4.	Потребность в самообразовании и саморазвитии			
5.	Применение знаний и умений в социально-значимой деятельности			
Общая сумма баллов:				

После оценки каждого параметра результативности освоения курса, все баллы суммируются. На основе общей суммы баллов определяется общий уровень освоения курса в соответствии с нижеприведенной шкалой:

1 – 4 балла – курс освоен на низком уровне;

5 – 10 баллов – курс освоен на среднем уровне;

11 – 15 баллов – курс освоен на высоком уровне.

**Карта образовательных достижений** освоения курса заполняется на основе результатов педагогического наблюдения, бесед, выполнения обучающимися заданий на занятиях. Применение данной методики в долгосрочном периоде позволяет определить динамику личностного развития каждого ребенка.

### Список литературы для педагога:

1. Е.М.Геллер. Игры на переменах для школьников 1-3 кл.М. Физкультура и спорт. 1985г
2. Е.М.Минский. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 1983г.
3. В.Г. Яковлев , В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
4. Г.А. Воронина . Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников. Киров, КИПК и ПРО ,2007 г.
5. Е.Н. Вавилова. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. – М., 1983
6. В. Надеждина. 500 игр и заданий для чудо-воспитания. - Минск, 2007
7. В.Г. Фролов. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. – М.,1986.
8. Барканов СВ. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Учебно-методическое пособие /Владос, 2001.
9. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризм, 1993.
10. Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 1990.
11. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры - к спорту, 1985.
12. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991.
13. Константинов Ю.С. Туристическая игротка. Учебно-методическое пособие /Владос, 2000 г./физической культуры, 1983.
14. Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 1986.
15. Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 1998.
16. Шмаков С. Нетрадиционные праздники в школе.- /Новая школа/, Москва, 1997.
17. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
18. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.

### Список литературы для родителей и детей:

- 1.Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.
2. Бабкина, Н.В. О психологической службе в условиях учебно-воспитательного комплекса // Начальная школа – 2001 – № 12 – С. 3–6.
3. Захаров. А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. - 85 с.
4. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
5. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2004. – 124 с.
6. В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
7. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с.
8. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.

9. Степанова, О.А. Оздоровительные технологии в начальной школе. // Начальная школа, №1 - 2003, с.57.
10. Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение. – М.: 1991. – 120 с.

***Кадровое обеспечение.***

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее педагогическое образование, повышающий квалификацию не реже одного раза в три года.

**Рабочая программа  
к дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программе спортивно-  
оздоровительной направленности  
«Подвижные игры»**

**Возраст обучающихся – 8-10 лет**

Составитель:  
учитель физической культуры Полунин А.А.

2024 год

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

*Личностными результатами* дополнительной общеразвивающей программы по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

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

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

### 2. *Регулятивные УУД:*

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

### 2. *Познавательные УУД:*

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;

- устанавливать причинно-следственные связи.

### ***3. Коммуникативные УУД:***

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

### ***Оздоровительные результаты дополнительной общеразвивающей программы :***

Первостепенным результатом реализации дополнительной общеразвивающей программы является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие:

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

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Тема 1. Мир движений. Значение игр в жизни человека.** Игры: «Игра белок», «Разведчики», «Щенок».

**Тема 2. Красивая осанка: что это такое.** Игры: «Хвостики». «Паровоз».

**Тема 3. Учись быстроте и ловкости.** Игры: «Прыжки», «Кто быстрее?», «Самый координированный».

**Тема 4. Сила нужна каждому.** Игры: «Кто сильнее?», «Салки со стопами», «Удочка с прыжками» «Очистить свой сад от камней».

**Тема 5. Ловкий. Гибкий.** Игры: «Снип–Снап», «Быстрая тройка».

**Тема 6. Весёлая скакалка. История возникновения скакалки.** Игры: «Медведь спит», «Весёлая скакалка».

**Тема 7. Развитие быстроты.** Игры: «Командные салки», «Сокол и голуби».

**Тема 8. Кто быстрее? Одно из физических качеств человека.** Игры: «Найди нужный цвет», «Разведчики».

**Тема 9. Ловкая и коварная гимнастическая палка. Гимнастическая палка – это гимнастический предмет.** Игры: «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга».

**Тема 10. Выбираем бег.** Игры: «Кто быстрее?», «Сумей догнать».

**Тема 11. Метко в цель. Упражнения для развития меткости.** Игры: «Метко в цель», «Салки с большими мячами».

**Тема 12. Путешествие по островам. Виды путешествий. Что такое остров?** Игры: «Назови имя», «Бездомный заяц», «Лягушки в болоте».

**Тема 13. Развиваем точность движений. Где это может пригодиться?** Игры: «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель». «Воробушки и кот».

**Тема 14. Зимнее солнышко. Времена года. Зимние приметы в природе.** Игры: «Быстрый спуск», «Веер», «Паровозик», «Кто быстрее приготовиться».

**Тема 15. Игры на свежем воздухе. Из чего состоит воздух.** Игры: «Штурм высоты», «Поезд», «Салки», «Мы строим крепость» и др. по выбору учащихся.

**Тема 16. Удивительная пальчиковая гимнастика.** Игры: «Метание в цель», «Попади в мяч».

**Тема 17. Развитие скоростных качеств.** Игра «Быстро в строй».

**Тема 18. Развитие выносливости.** Игры: «Назови имя», «», «Статуя», «Метко в цель», «Гуси и волк», «Кот идет», «Вышибалы», «Оленьи упряжки», «Мы веселые ребята», «Пчелки», «Товарищ командир», «Летает - не летает».

**Тема 19. Развитие реакции.** Игры: «Пустое место», «Часовые и разведчики».

**Праздник игр.**

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1	<b>Мир движений.</b> Значение игр в жизни человека.	1
2	Знакомство с правилами игры «Игра белок». Игра по правилам.	1
3	Знакомство с правилами игры «Разведчики».	1
4	Знакомство с правилами игры «Щенок».	1
5	<b>Красивая осанка: что это такое?</b>	1
6	Знакомство с правилами игры «Хвостики». Игра по правилам.	1
7-8	Знакомство с правилами игры «Паровоз». Игра по правилам. Повторение игры «Хвостики».	2
9-10	<b>Учись быстроте и ловкости .</b> Знакомство с правилами игры «Прыжки». Игра по правилам.	2
11	Знакомство с правилами игры «Кто быстрее? ». Знакомство с правилами игры «Самый координированный ». Игра по правилам.	1
12	<b>Сила нужна каждому.</b> Знакомство с правилами игры «Кто сильнее».	1
13	Игра по правилам «Кто сильнее?».	1
14	Знакомство с правилами игры «Салки со стопами». Игра по правилам.	1
15	Знакомство с правилами игры «Очистить свой сад от камней ». Игра по правилам. Повторение игр «Салки со стопами», «Кто сильнее? «Удочка с прыжками ».	1
16	<b>Ловкий. Гибкий.</b> Знакомство с правилами игры «Снип–Снап». Игра по правилам.	1
17-18	Знакомство с правилами игры «Быстрая тройка».	2
19	<b>Веселая скакалка.</b> История возникновения скакалки. Знакомство с правилами игры «Весёлая скакалка». Игра по правилам.	1
20-21	Знакомство с правилами игры «Медведь спит». Игра по правилам.	2
22-23	<b>Развитие быстроты.</b> Знакомство с правилами игры «Командные салки». Игра по правилам.	2
24	Знакомство с правилами игры «Сокол и голуби». Игра по правилам.	1
25	<b>Кто быстрее? Одно из физических качеств человека.</b> Знакомство с правилами игры «Найди нужный цвет». Игра по правилам.	1
26-27	Игра по правилам «Найди нужный цвет».	2
28-29	<b>Ловкая и коварная гимнастическая палка.</b> Знакомство с правилами игры «Ноги выше от земли». Игра по правилам	2
30	Знакомство с правилами игры «Выбегай из круга». Игра по правилам. Повторение игры «Ноги выше от земли».	1

31	<b>Метко в цель. Упражнения для развития меткости.</b> Знакомство с правилами игры «Метко в цель». Игра по правилам.	1
32-33	Знакомство с правилами игры «Салки с большими мячами». Игра по правилам.	2
34-35	<b>Путешествие по островам. Виды путешествий. Что такое остров?</b> Знакомство с правилами игры «Назови имя». Игра по правилам.	2
36	Знакомство с правилами игры «Бездомный заяц». Игра по правилам. Повторение игры «Назови имя».	1
37	Знакомство с правилами игры «Лягушки в болоте». Игра по правилам.	1
38	<b>Развиваем точность движений. Где это может пригодиться?</b> Знакомство с правилами игры «Вращающаяся скакалка». Игра по правилам.	1
39	Знакомство с правилами игры «Подвижная цель». Игра по правилам.	1
40	Знакомство с правилами игры «Воробушки и кот». Игра по правилам. Повторение игры «Подвижная цель».	1
41-42	<b>Зимнее солнышко. Времена года. Зимние приметы в природе.</b> Знакомство с правилами игры «Быстрый спуск». Игра по правилам.	2
43	Знакомство с правилами игры «Веер». Игра по правилам. Повторение игры «Быстрый спуск».	1
44	Знакомство с правилами игры «Паровозик». Игра по правилам.	1
45-46	Знакомство с правилами игры «Кто быстрее приготовиться». Игра по правилам.	2
47	<b>Игры на свежем воздухе. Из чего состоит воздух.</b> Знакомство с правилами игры «Штурм высоты».	1
48-49	Знакомство с правилами игры «Поезд». Игра по правилам. Повторение игры «Штурм высоты».	2
50-51	Знакомство с правилами игры «Салки». Игра по правилам. Повторение игры «Поезд», «Штурм высоты».	2
52	Игры по выбору учащихся.	1
53-54	<b>Удивительная пальчиковая гимнастика.</b> Знакомство с правилами игры «Метание в цель». Игра по правилам.	2
55-56	Знакомство с правилами игры «Попади в мяч». Игра по правилам. Повторение игры «Метание в цель».	2
57-58	<b>Развитие скоростных качеств.</b> Знакомство с правилами игры «Быстро в строй». Игра по правилам.	2
59	Игры по выбору учащихся.	1
60	<b>Развитие выносливости.</b> Знакомство с правилами игры «Назови имя». Игра по правилам.	1
61-62	Знакомство с правилами игры «Лошадки». Игра по правилам. Повторение игры «Бездомный заяц», «Назови имя».	2

63-64	<b>Развитие реакции.</b> Знакомство с правилами игры «Пустое место». Игра по правилам.	2
65-66	Знакомство с правилами игры «Часовые и разведчики». Игра по правилам.	2
67-68	Праздник игр	2