

**1.Пояснительная записка.**

      Рабочая программа составлена на основе следующих нормативных документов:

     - Письмо МО и РТ от 18.08.2010 г №6871/10 «О введении ФГОС НОО»

 -  «Стандарты второго поколения: Рекомендации по организации  внеучебной деятельности учащихся».

Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к обучающимся и их здоровью.  Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

             Подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны младшему школьнику. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.  
       Подвижные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер.  
      Все свои жизненные впечатления и переживания младшие школьники отражают в условно-игровой форме, способствующей конкретному перевоплощению в образ ("Гуси- лебеди”, например). Игровая ситуация увлекает и воспитывает младшего школьника, а встречающиеся в некоторых играх зачины, диалоги непосредственно характеризуют персонажей и их действия, которые надо умело подчеркнуть в образе, что требует от детей активной умственной деятельности.  
       В играх, не имеющих сюжета и построенных лишь на определённых игровых заданиях, также много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы младшего школьника, развитию его мышления и самостоятельности действий.  
Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества.  
Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья обучающихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению включает в себя  знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является  комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные  нагрузки и трудности в усвоении школьной программы,  интенсификация учебного процесса. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

            Итак, подвижные игры в комплексе с другими воспитательными средствами представляют собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности ,сочетающей в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Впечатления детства глубоки и неизгладимы в памяти взрослого человека. Они образуют фундамент развития его нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно- полезной и творческой деятельности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению  может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению носит  образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

* формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
* развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
* обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
* охрана и укрепление физического и психического здоровья младших школьников.

Цели конкретизированы следующими **задачами:**

1. ***Формирование:***

* представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
* навыков конструктивного общения;
* потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;
* пропаганда здорового образа жизни;
* Формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;
* отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств:  
  а) повышение уровня выносливости (беговые упражнения),  
  б) укрепление основной группы мышц, увеличивая подвижность в суставах, улучшая координацию движений .

1. ***Обучение:***

* осознанному  выбору модели  поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
* правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
* элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
* упражнениям сохранения зрения.

# 2.Содержание учебного предмета, курса

**1класс**

# Игры сбегом

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

*Практические занятия:*

* + Комплекс ОРУ наместе.Комплекс ОРУ срифмованными строчками.Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
  + Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».
  + Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра

«Краски».

* + Упражнения с предметами. Игра «Отгадай,чейголос?».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

*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

*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

*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

*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

*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

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

*Практические занятия:*

* + Разучивание народных игр. Игра «Калин–бан-ба»
  + Разучивание народных игр. Игра«Чижик»
  + Разучивание народных игр. Игра«Золотые ворота»
  + Разучивание народных игр. Игра**"Чехарда".**

**3. Планируемые результаты освоения учебного предмета, учебного курса (в том числе внеурочной деятельности), учебного модуля**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности 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 совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
* освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

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

***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.

***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.

***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 совместнойдеятельности, 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 программы внеурочной деятельности:***

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

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

***Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности***

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению ««Движение есть жизнь!»» обучающиеся должны **знать**:

* основы истории развития подвижных игр в России;
* педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
* возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
* индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
* правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи; влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
* значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

***Должны уметь:***

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

***Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности***

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела.

Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности:

* викторины;
* конкурсы;
* ролевые игры;
* выполнение заданий соревновательного характера;
* оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
* результативность участия в конкурсных программах и др.

**Тематическое планирование 1класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела** | **Количество**  **часов** | **Формы организации** | **Характеристика основных видов деятельности учащихся** |
| 1. | Игры с бегом (общеразвивающие игры). | 5ч. | Подвижные игры. Эстафеты .Развитие скоростно-силовых способностей | Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Устанавливать цели. Концентрация воли для преодоления физических нагрузок, стабилизация эмоционального состояния. |
| 2. | Игры с мячом. | 5ч. | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  Самостоятельные игры:прыжки через скакалку,  «классики». | Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры.  Умение планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия.  Преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр.  Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Устанавливать цели. Концентрация воли для преодоления физических нагрузок, стабилизация эмоционального состояния |
| 3. | Игра с прыжками ( скакалки). | 5ч. | Прыжки. Подвижные игры..Эстафета с прыжками через движущее препятствие.  Развитие скоростно-силовых способностей. | Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Устанавливать цели. Концентрация воли для преодоления физических нагрузок, стабилизация эмоционального состояния.Подвижныеигры.Эстафеты.Развитиескоростно-силовыхспособностей.  Самостоятельные игры: прыжки через скакалку |
| 4. | Игры малой подвижности(игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 5ч. | Подвижные игры. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.  Весёлые старты. | Контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, уметь договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено. Развивать уважительное отношение к иному мнению, стремиться к сотрудничеству, уметь составить план самостоятельных действий. |
| 5. | Зимние забавы. | 4ч. | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | Контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности, уметь договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, выделять и формулировать то, что усвоено. Развивать уважительное отношение к иному мнению, стремиться к сотрудничеству, уметь составить план самостоятельных действий. |
| 6. | Эстафеты. | 4ч. | Равномерный бег. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты Развитие скоростно-силовых способностей Соревнования  По подвижным играм | Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры. Умение планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия. Преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр. |
| 7. | Народныеигры | 5ч. | Подвижные игры. Познавательная беседа, коллективная, групповая игра, командные соревнования | Получат представления об особенностях русских народных игр. Научатся выполнять правила игры, соблюдать правила безопасности, развивать двигательные и скоростные способности.  Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.  Оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение  необходимых корректировок.  Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания .Осознание своей этнической принадлежности, мотивация учебной деятельности, исходя из чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, умение пользоваться информацией о своей культуре. |
| **Итого:** | | **33ч.** |  |  |

**Календарно – тематическое планирование Приложение**

***1-класс***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№П/П** | **Тема занятия** | **Кол-во**  **часов** | **ЦОР** | | **Дата проведения** | | | |
| **План** | | | **Факт** |
| 1. | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. | 1 | Российская электронная школа. https://res h.edu.ru/  «ЯКласс» .https://www.yakl ass.ru/ Фоксфорд https:/ /foxford.ru/about  «Яндекс. Учебник» https:// education.yandex. ru/home/  «Учи.ру» — https://uc hi.ru | |  | | |  |
| 2. | Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра«Фигуры».Игра«Волки, зайцы, лисы». | 1 |  | | |  |
| 3. | КомплексОРУвдвижении«Мишканапрогулке».Игра«Медведиипчёлы».Игра«Умедведявобору». | 1 |  | | |  |
| 4. | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра«Второй лишний».Игра«Краски». | 1 |  | | |  |
| 5. | Комплекс ОРУ в движении. Игра««Фигуры».Игра«Волки, зайцы, лисы». | 1 |  | | |  |
| 6. | Комплекс ОРУ с предметами. Игра»«Третий лишний».Игра«Шишки, жёлуди, орехи». | 1 |  | | |  |
| 7. | История возникновения игр с мячом. | 1 |  | | |  |
| 8. | Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик».  Игра«Мяч по полу». | 1 |  | | |  |
| 9. | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча«Кто меткий?»Игра«Метко в цель».Игра«Бегуны и метатели». | 1 |  | | |  |
| 10. | Укрепление основных мышечных групп; мышц руки плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра«Гонка мячей». | 1 | [http://videouroki.net](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fvideouroki.net&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNGjqvHXyzRupAhnE_jRQvsl2jN8Ag)  На данном сайте находятся фрагменты видеоуроков по спортивным играм  <http://teremoc.ru/index.php>  - На сайте можно учиться, играть и веселиться, смотреть мультфильмы, разгадывать загадки и ребусы. В Теремке каждый ребенок найдет для себя что-то интересное и полезное. | |  | | |  |
| 11. | Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу».Игра«Подвижная цель». | 1 |  | | |  |
| 12. | Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. | 1 |  | | |  |
| 13. | Комплекс ОРУ «Скакалочка».Игра «Прыгающие воробышки». | 1 |  | | |  |
| 14. | Комплекс упражнений с длинной скакалкой«Верёвочка».Игра  «Удочка».Игра«Лягушата и цапля». | 1 | | Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура».http://www.openclass.ru | | |  |  |
| 15. | Комплекс ОРУ с короткими скакалками«Солнышко».Игра«Зеркало». | 1 | |  |  |
| 16. | Комплекс ОРУ со скакалкой«Лучики». Игра«Выше ножки от земли». | 1 | |  |  |
| 17. | Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.  Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета. | 1 | |  |  |
| 18. | Комплекс специальных упражнений«Ровная спина».  Игра«Красный, зелёный».Игра«Альпинисты». | 1 | |  |  |
| 19. | Комплекс упражнений с мешочками. Игра«Разведчики».Игра  «Поезд». | 1 | |  |  |
| 20. | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра  «Летает–нелетает».Игра«Копна–тропинка–кочки». | 1 | |  |  |
| 21. | Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.  Игра«Построение в шеренгу».Игра«Кто быстрее встанет в круг». | 1 | | Сайт «ФизкультУра» http://www.fizkult-ura.ru/  Российская электронная школа. https://res h.edu.ru/ | | |  |  |
| 22. | Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. | 1 | |  |  |
| 23. | Игра«Скатывание шаров».Игра«Гонки снежных комов». | 1 | |  |  |
| 24. | Игра«Клуб ледяных инженеров».Игра«Мяч из круга». | 1 | |  |  |
| 25. | Игра«Гонка с шайбами».Игра«Черепахи». | 1 | |  |  |
| 26. | Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма. | 1 | |  |  |
| 27. | Беговая эстафеты. | 1 | |  |  |
| 28. | Эстафета с предметами(мячами, обручами, скакалками) | 1 | |  |  |
| 29. | Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия | 1 | |  |  |
| 30. | Народные игры–основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. | 1 | | «Учи.ру» — https://uc hi.ru  Российская электронная школа. https://res h.edu.ru/ | |  | |  |
| 31. | Разучивание народных игр. Игра «Калин–бан-ба» | 1 | |  | |  |
| 32. | Разучивание народных игр. Игра«Чижик» | 1 | |  | |  |
| 33. | Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота» Игра**"Чехарда".** | 1 | |  | |  |

Список литературы:

Т.И. Линго «Игры, ребусы, загадки для младших школьников»/ Ярославль, «Академия развития» 1998г

Л.В. Былеев, Сборник подвижных игр. – М., 1990.

 С. Глязер, Зимние игры и развлечения. – М., 1993.

М.Н.  Жуков, Подвижные игры. – М., 2000

М.Н .Железняк, Спортивные игры. – М., 2001

М.Ф. Литвинов, Русские народные подвижные игры. – М.,  1986

 В.И.Ковалько “Поурочные разработки по физкультуре” /ВАКО, Москва, 2003/

Е.А.Каралашвили “Физкультурная минутка” .Динамические упражнения для детей 6-10 лет. /Творческий центр “Сфера”Москва, 2002/