

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЁРМИЦКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

ПРИНЯТА:

на педагогическом совете

протокол № 1 от 28.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНА:

Приказом «МБОУ «Ёрмицкая ООШ»

№ 29081-од от 29.08. 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**Курса внеурочной деятельности**  
**«Подвижные игры»**

(3.4 классы)

Направленность: «спортивно-оздоровительное развитие личности».

Возраст обучающихся: 9 –10 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель программы: Хозяинова Валентина Павловна

Учитель начальных классов

с. Ёрмица

2022 г

## 1 Пояснительная записка

1. Рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 3, 4 классов составлена в соответствии с нормативными документами: Федеральный закон «Об образовании РФ» №273 от 2012 г

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2018/19 учебный год» от 31 марта 2014 года № 253.

3. Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Ёрмицкая ООШ»;

Положением о порядке разработки, рассмотрения и утверждения программ внеурочной деятельности МБОУ «Ёрмицкая ООШ»;

**Программа «Подвижные игры» входит во внеурочную деятельность по направлению «спортивно- оздоровительное развитие личности.».**

### **Цель курса:**

- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

### **Задачи программы:**

#### **Образовательные:**

- Формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- Обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- Формирование интереса к народному творчеству народов Поволжья.
- Расширение кругозора младших школьников.

#### **Развивающие:**

- Развитие познавательного интереса к народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- Развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- Развитие статистического и динамического равновесия, развитие глазомера и чувства расстояния;
- Развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

#### **Воспитательные:**

- Воспитание чувства коллективизма;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Воспитание бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.

- **Общая характеристика курса**

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх занимающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

- **Принципы программы:**

*Актуальность курса* обусловлена тем, что организация образовательного процесса по этому профилю деятельности решает важную задачу: в недостатке двигательной активности кроется сегодня основная причина отклонений в физическом развитии и состоянии здоровья современных детей. Серьезным испытанием для детей являются и первые годы их пребывания в школе. Дети испытывают значительные нагрузки, связанные с большой интенсивностью умственной деятельности, с напряжением зрительного аппарата, необходимостью длительно сохранять рабочую позу. Эти факторы, вместе взятые ограничивают ребят в столь необходимом им движении, создают предпосылки для различных отклонений в состоянии здоровья.

**Новизна данной программы** заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и знания фольклора, способствующие освоению культурного наследия народов Поволжья (русских, казахов, чувашей, мордвы, татар, немцев).

**Практическая значимость** программы «Подвижные игры» заключается в том, что занятия по ней способствуют укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения после умственной работы на уроках.

**Связь с другими программами.**

Элементы данной программы присутствуют в таких разделах государственной программы, как «Окружающий мир», «Математика», «Литературное чтение», «Русский язык».

**Вид программы.**

Модифицированная

**Отличительными особенностями программы** является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума.

**Возраст детей, участвующих в реализации программы:** учащиеся 3,4 классов (9 – 10 лет).

**Сроки реализации.**

Программа рассчитана на 1 год. Курс включает одно занятие в неделю, 33-34 занятия за учебный год.

**Режим занятий.**

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 40 минут.

Занятия проводятся на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

Форма организации курса «Подвижные игры» - секция.

**Виды деятельности:** игровая, познавательная.

**Ожидаемые результаты.**

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.

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

##### **Способы проверки знаний и умений:**

- проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей) на предмет удовлетворенности результатами данной программы;
- участие воспитанников в праздниках, конкурсах, спортивных соревнованиях и мероприятиях школы и города;
- открытые занятия, внеклассные мероприятия данной направленности.

Результативность обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- весёлые старты;
- спортивные эстафеты;
- фестиваль игр;
- праздник «Игромания»;
- спортивный праздник
- «День здоровья».

#### **4. Содержание изучаемого курса**

- **Раздел 1. Игры на развитие внимания, воображения, памяти – 6ч**
- **Тема1.** Техника безопасности. Цели и задачи курса. Игры на внимание «Бывает, не бывает», «Съедобное и не съедобное»
- Виды деятельности обучающихся: Техника безопасности. Беседа «Игры как средство укрепления игры»
- Форма проведения занятий: Игры на внимание.
- **Тема 2.** «Беседа о гигиене» Правила игры. Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики –великаны» «Запомни- порядок»
- Виды деятельности обучающихся: Правила игры. Беседа «Личная гигиена»
- Форма проведения занятий. Командные игры.

- 
- Тема 3. Игры на развитие памяти. Игры «Художники», «Всё помню»
- 
- Виды деятельности обучающихся: Развитие внимания и памяти. Анализировать и объективно оценивать результаты.
- Форма проведения занятий. Игры.
- 
- Тема 4 ОРУ с использованием скороговорок. Игры на развитие воображения. Игра «Радуга», Море волнуется»
- Виды деятельности обучающихся: Оздоровительно – профилактическая гимнастика.
- Форма проведения занятий. Командные игры.
- 
- Тема 5. Игры на развитие мышления, речи. Игры «Узнай голос» «Угадай что это?»
- Виды деятельности обучающихся: Правила игры. Проведение игры
- Форма проведения занятий: Игры на развитие мышления.
- Тема 6. Игры на развитие воображения, памяти. Эстафета «Угадай свой номер».
- Виды деятельности обучающихся: Командная игра.
- Форма проведения занятий: Эстафета.
- 
- **Раздел 2. Игры народов России - 11**
- Тема 1 Беседа «Чтоб здоровыми остаться надо...»
- Русская народная игра «Горошек». «Охотник и утки».
- Виды деятельности обучающихся: Оздоровительно – профилактическая
- Форма проведения занятий: Викторина. Игры.
- Тема 2. Комплекс общеразвивающих упражнений. Коми народная игра «Свой угол» «Где ключи».
- Виды деятельности обучающихся: Беговые упражнения в игровой и соревновательной деятельности.
- Форма проведения занятий: Подвижные игры.
- Тема 3. Игры на свежем воздухе. Эвенская народная игра «Охотник и куропатки».
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно – оздоровительная.
- Форма проведения занятий: Игры на свежем воздухе.
- Тема 4. Здоровье в порядке – спасибо зарядке. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Татарские народные игры «Серый волк» . «Скок- перескок»
- Виды деятельности обучающихся: Оздоровительно – профилактическая.
- Форма проведения занятий: ОРУ. Игры.
- Тема 5. Упражнение игра «Я всё могу» Игры чувашского народа «Хищник в море» «Рыбки».

- Виды деятельности обучающихся: Спортивно – оздоровительная
- Форма проведения занятий: Физминутки. Игры.
- Тема 6. Физические упражнения (движения) в рифмованных подсказках. Играх забавах. «
- Виды деятельности обучающихся: ОРУ. Спортивно – оздоровительная.
- Форма проведения занятий: Весёлые старты.
- Тема 7. Упражнение « В гости к Ёлочке» Якутские народные игры «Перетягивание на палках» «Олени»
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно – оздоровительная
- Форма проведения занятий: Подвижные игры.
- Тема 8. Бег. Беговые упражнения. Адыгейские народные игры «Драчливый баран».
- Виды деятельности обучающихся: спортивно - оздоровительная
- Форма проведения занятий: Подвижные игры.
- Тема 9. Комплекс общеразвивающих упражнений. Башкирская народная игра «Липкие пеньки»
- Виды деятельности обучающихся: Оздоровительно – профилактическая
- Форма проведения занятий: Игры – забавы.
- Тема 10. Зимние забавы. Техника безопасности Русские народные игры «Два Мороза» «Попади снежком
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно - оздоровительная
- Форма проведения занятий: Игры – забавы.
- Тема 11. Упражнение «Хлопай» Игры народов Сибири и Дальнего Востока «Сосульки, льдинки, ветер».
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно - игровая
- Форма проведения занятий: Игры на свежем воздухе.
- Тема 12. Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Праздник подвижных игр.
- Виды деятельности обучающихся: спортивно - игровая
- Форма проведения занятий: Весёлые старты
- **Раздел 3. Спортивные игры – 10ч**
- Тема 1. ОРУ с мячом. Игра «Бегущий мяч» «Бывает, не бывает».
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно - оздоровительная
- Форма проведения занятий: Игры с мячом.
- Тема 2. Упражнения с большими мячами. Игра «Пионербол»
- Виды деятельности обучающихся: спортивно – игровая.

- Форма проведения занятий: Командные соревнования.
- Тема 3. Комплекс общеразвивающих упражнений. Игры с мячом. «Пионербол» «Снежки».
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно - оздоровительная
- Форма проведения занятий: Командные соревнования.
- Тема 4. Эстафета с мячом «Мой весёлый звонкий мяч»
- Виды деятельности обучающихся: спортивно - игровая
- Форма проведения занятий: Эстафета с мячом.
- Тема 5. Беседа «Красивая осанка» Корректирующие упражнения для нормализации осанки. Игры «Метко в цель» «Перестрелки»
- Виды деятельности обучающихся: Оздоровительно – профилактическая
- Форма проведения занятий: Игры.
- Тема 6. Упражнение «Резвые ножки» Игры «Акула» «Ёжик»
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно – игровая.
- Форма проведения занятий: Игры.
- Тема 7. Игровые упражнения «Что за народ». Игры– забавы «Солнышко» «Карусель»
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно – игровая
- Форма проведения занятий: Игры – забавы.
- Тема 8. Эстафета «Скакалка, обруч и я – дружная семья.
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно - игровая
- Форма проведения занятий: Игровая эстафета.
- Тема 9. Комплекс упражнений «Космонавт» игра путешествие на планету «Поиграйка»
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно - игровая
- Форма проведения занятий: Игра – путешествие.
- **Раздел 4. Спортивные праздники. -7ч**
- Тема 1. Праздник «Эти разноцветные мячи»
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно - оздоровительная
- Форма проведения занятий: Игровые - соревнования
- Тема 2 Спортивно – игровая программа «Русская народная игра»
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно - игровая
- Форма проведения занятий: Игры - забавы



- Тема 3 День здоровья. Игровая программа «Путешествие в Спортландию».
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно - оздоровительная
- Форма проведения занятий: Викторина, весёлые старты.
- Тема 4. Спортивно – игровая программа «Вместе дружная семья».
- Виды деятельности обучающихся: Спортивно - оздоровительная
- Форма проведения занятий: Эстафета.
- Тема 5. Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»
- Виды деятельности обучающихся: спортивно - оздоровительная
- Форма проведения занятий: подвижные игры
- Тема 6. Поход выходного дня «Весенние забавы».
- Виды деятельности обучающихся: спортивно - оздоровительная
- Форма проведения занятий: игры на свежем воздухе.

### **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности:**

#### **Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:**

-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.

#### **Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:**

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 учётом требований её 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.

***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 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.

**Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:**

представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

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 инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью 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;

находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### 3. Тематическое планирование

№	Наименование раздела программы. Название темы занятия.	Количество часов.			Форма проведения	Электронно (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Теория	Практика		
	<b>1. Игры на развитие внимания, воображения, памяти</b>	<b>6</b>	<b>1,5</b>	<b>5</b>		
1	Техника безопасности. Цели и задачи курса. Игры на внимание «Бывает, не бывает», «Съедобное и не съедобное»	1	0,5	0,5	Игры на внимание.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
2	«Беседа о гигиене» Правила игры. Игры на развитие внимания и памяти: «Карлики – великаны» «Запомни- порядок»	1	0,5	0,5	Командные игры.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
3	Игры на развитие памяти. Игры «Художники», «Всё помню»	1		1	Игры	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>

						<a href="http://fizkult-ura.ru/">fizkult-ura.ru/</a>
4	ОРУ с использованием скороговорок. Игры на развитие воображения. Игра «Радуга», Море волнуется»	1		1	Командные игры.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
5	Игры на развитие мышления, речи. Игры «Узнай голос» «Угадай что это?»	1		1	Игры на развитие мышления	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
6	Игры на развитие воображения, памяти. Эстафета «Угадай свой номер».	1		1	Эстафета.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
	<b>2.Игры народов России.</b>	<b>11</b>		<b>0,5</b>		
7.	Беседа «Чтоб здоровыми остаться надо...» Русская народная игра «Горошек». «Охотник и утки».	1	0,5	0,5	Викторина. Игры.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
8	Комплекс общеразвивающих упражнений. Коми народная игра «Свой угол» «Где ключи».	1		1	Подвижные игры.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
9	Игры на свежем воздухе. Эвенская народная игра «Охотник и куропатки».	1		1	Игры на свежем воздухе.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
10	Здоровье в порядке – спасибо зарядке. Комплекс упражнений утренней гимнастики. Татарские народные игры «Серый волк» . «Скок- перескок»	1		1	ОРУ. Игры.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
11	Упражнение игра «Я всё могу» Игры чувашского народа «Хищник в море» «Рыбки».	1		1	Физминутки. Игры.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
12	Физические упражнения (движения) в рифмованных подсказках. Играх забавах.	1		1	Весёлые старты.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
13	Упражнение « В гости к Ёлочке» «Якутские народные игры» «Перетягивание на палках» «Олени»	1		1	Подвижные игры.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
14	Бег. Беговые упражнения. Адыгейские народные игры «Драчливый баран».	1		1	Подвижные игры.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
15	Комплекс общеразвивающих упражнений. Башкирская народная игра «Липкие пеньки»	1		1	Игры – забавы	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
16	Зимние забавы. Техника безопасности Русские народные игры «Два Мороза» «Попади	1		1	Игры – забавы	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>

	снежком»					
17	Упражнение «Хлопай» Игры народов Сибири и Дальнего Востока «Сосульки, льдинки, ветер».	1		1	Игры на свежем воздухе,	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
18	Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Праздник подвижных игр	1		1	Весёлые старты	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
	<b>3. Спортивные игры.</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>		
19	ОРУ с мячом. Игра «Бегущий мяч» «Бывает, не бывает	1	0,5	0,5	Игры с мячом	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
20	Упражнения с большими мячами. Игра «Пионербол»	1		1	Командные соревнования	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
21	Комплекс общеразвивающих упражнений. Игры с мячом. «Пионербол» «Снежки».	1		1	Командные соревнования	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
22	Эстафета с мячом «Мой весёлый звонкий мяч»	1		1	Эстафета.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
23	Беседа «Красивая осанка» Корректирующие упражнения для нормализации осанки. Игры «Метко в цель» «Перестрелки»	1	0,5	0,5	Игры	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
24	Упражнение «Резвые ножки» Игры «Акула» «Ёжик»	1		1	Игры	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
25	Игровые упражнения «Что за народ». Игры – забавы «Солнышко» «Карусель».	1		1	Игры – забавы	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
26	Эстафета «Скакалка, обруч и я – дружная семья.	1		1	Игровая эстафета.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
27	Лучшие футболисты страны и мира. Игра «Передачи мяча ногами»	1		1	Игры	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
28	Комплекс упражнений «Космонавт» игра путешествие на планету «Поиграйка»	1		1	Игра – путешествие	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
	<b>4. Спортивные праздники.</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>6</b>		
29	Праздник «Эти разноцветные мячи»	1	0,5	0,5	Игровые - соревнования	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>

						<a href="http://fizkult-ura.ru/">fizkult-ura.ru/</a>
<b>30</b>	Спортивно – игровая программа «Русская народная игра»	<b>1</b>		<b>1</b>	Игры – забавы	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
<b>31</b>	День здоровья. Игровая программа «Путешествие в Спортландию».	<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	Викторина, весёлые старты.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
<b>32</b>	Спортивно – игровая программа «Вместе дружная семья».	<b>1</b>		<b>1</b>	Эстафета.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
<b>33</b>	Спортивный праздник «Фестиваль подвижных игр»	<b>1</b>		<b>1</b>	Подвижные игры.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
<b>34</b>	Поход выходного дня «Весенние забавы».	<b>1</b>		<b>1</b>	Игры на свежем воздухе.	«ФизкультУра» <a href="http://www.fizkult-ura.ru/">http://www.fizkult-ura.ru/</a>
		<b>34</b>				

### Литература:

М. В. Видякин «Спортивные и подвижные игры». Издательство «учитель». 2007 год.

О. В. Белоснежкина 2 «Спортивно – оздоровительная программа в школе» 2007 год.

С. А. Вавилова «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». 2007 год.

Журнал «Начальная школа» № 10 2010, № 8 2011, № 5 2012.

Журнал «Физическая культура в школе» №3. 2001.

