

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3
г.Печора



«Утверждаю»
Директор школы
Э.Н.Копыльцова
«01» _____ 2018 г.

Программа
внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для учащихся 1-4-х классов

2018 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа внеурочной деятельности «Подвижные игры» разработана в соответствии с:

-Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ;

-Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённым приказом Минобрнауки России от 6.10. 2009 г № 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования";

-Приказами Министерства образования и науки Российской Федерации «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования» от 26.11. 2010 г. № 1241, от 22.09. 2011 г. № 2357, от 18.12.2012 № 1060, от 29.12.2014 № 1643, от 18.05.2015 № 507, от 31.12.2015 № 1576,

- концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России и Фундаментального ядра содержания общего образования с учетом межпредметных и внутрипредметных связей;

- Григорьев Д. В., Степанов П. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 2010 г.

В связи с ведением государственного стандарта второго поколения в базисный учебный план помимо инвариантной и вариативной части включается раздел «Внеурочная деятельность», где по различным направлениям регламентируется, и нормативно закрепляется внеклассная работа, организация занятий по внеучебной деятельности является неотъемлемой, частью образовательного процесса.

Рабочая программа кружка «Подвижные игры» разработана для учащихся 2-4 классов, занятия проводятся 1 час в неделю, всего 33 часа.

Цель программы – укрепление здоровья, всестороннее физическое развитие личности посредством подвижных игр.

Задачи программы:

1. формирование у учащихся интереса к двигательной активности;
2. осознание учащимися необходимости занятий по развитию своей двигательной активности;
3. развитие силы, ловкости, координации движений, быстроты и точности реагирования на сигналы, ориентирования в пространстве;
4. приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время;
5. воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости;
6. привитие интереса к занятиям физкультурой и спортом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностными результатами кружка являются следующие умения:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей;
- оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

Метапредметными результатами кружка является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму.

Познавательные УУД:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя.

Коммуникативные УУД:

- умение оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ
ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Методические основы.

В основе методического обеспечения программы лежат ситуативно-диалоговые технологии, так как они наиболее соответствуют возрастным особенностям младших школьников. Программа предусматривает интегративный подход, дает возможность реализовывать межпредметные связи.

Форма организации учебной деятельности подвижные игры с предметами и без предметов. Занятия могут проводиться как в спортивном зале, так и на открытом воздухе.

1. Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.

Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

Регулятивные: удерживать учебную задачу; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач;

Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью. Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.

2.

Упражнение «Боксёры».

Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта».

Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.

Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.

3.

Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу.

Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей
Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.

4.

Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками.

Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий.

Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.

5.

Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу.

Самостоятельные игры.

Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель .

Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.

6.

Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик».

Соревнования по подвижным играм.

Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий.

Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.

7.

Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки».

Самостоятельные игры.

Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий.

Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.

8.

Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам».

Эстафета с прыжками с ноги на ногу.

Самостоятельные игры.

Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.

9.

Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие.

Перетягивание каната.

Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие самостоятельно играть в разученные игры.

10.

Эстафета с переноской предметов.

Разучивание игр «Перетягивание каната»

«Не намочи ног».

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.

11.

Разучивание игры «Береги предмет»

«Кто первый через обруч к флажку?»

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.

12.

Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки».

Самостоятельные игры.

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры

13.

«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши».

Игры по выбору.

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.

14.

«Кто дольше не собьётся», «Удочка».

Игры по выбору.

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры.

15.

Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее»

Весёлые старты.

Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.

Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.

16.

Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка»

Эстафета с мячами, скакалками.

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.

17.

Зимние виды игр.

Катание на лыжах.

«Трамвай», «Найди себе пару».

Игры по выбору.

ТБ на уроках лыжной подготовки. Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный душажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.

Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.

18.

«Гонки санок»

«Попади в цель».

Игры по выбору.

Игры на лыжах.

Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

19.

Катание на лыжах.

«Быстрые упряжки», «На санки»

Игры по выбору.

Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный душажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.

Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

20.

Катание на лыжах .

«Поменяй флажки», «Через препятствия»

Самостоятельные игры.

Изменение скорости передвижения скользящим шагом и попеременным душажным ходом.

Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

21.

Катание на лыжах.

Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки»

Самостоятельные игры.

Попеременный душажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.

Знать ТБ катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

22.

Катание на лыжах и санках.

Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето»

Игры по выбору.

Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный душажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.

Знать ТБ катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

23.

Эстафета на лыжах.

Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.

Эстафета на лыжах. Игры.

Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

24.

Ходьба парами, тройками.

Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.

Эстафета на лыжах. Игры.

Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

1

25.

Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен»

Самостоятельные игры.

Эстафета на лыжах. Игры.

Уметь выполнять бег в среднем темпе, самостоятельно играть в разученные игры.

26.

«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками.

Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.

Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафеты.

Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

27

«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки.

Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол

Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей.

Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

28.

«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу.

Игры по выбору: ручной мяч.

Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.

Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

29.

«Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.

Соревнования. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.

Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

30.

«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай».

Эстафета «Паровозик».

Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры.

Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

31.

«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Комбинированная эстафета.

Игры по выбору.

Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.

Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

32.

Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета.

Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.

Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

33.

«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей.

Игры по выбору.

Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.

Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

34

Весёлые старты.

Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, ско

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Характеристика деятельности учащихся или виды учебной деятельности	Планируемые результаты	Количество часов
1.	Т Б в подвижных играх. Упражнение « Высокие деревья». Подвижная игра: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Регулятивные: удерживать учебную задачу; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: использовать общие приемы решения поставленных задач; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью Уметь выполнять общеразвивающие упражнения,	3

			эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	
2.	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловушки», «Круговая лапта».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	2
3.	Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	2
4.	Разучивание игр «Два мороза», «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.	2
5.	Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	2
6.	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм.	Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	3

7.	Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры.	Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	2
8.	Разучивание игры «Лягушки-цапли», Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.	Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	2
9.	Разучивание игры «Кенгурбол», «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната.	Прыжки.Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие самостоятельно играть в разученные игры.	2
10.	Эстафета с переноской предметов. Разучивание игр «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.	2
11.	Разучивание игры «Береги предмет» «Кто первый через обруч к флажку?»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.	2
12.	Разучивание игр «Пролезай-убегай»,	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие	Уметь выполнять общеразвивающие	2

	«Пчёлки». Самостоятельные игры.	скоростно-силовых способностей	упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры	
13.	«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.	2
14.	«Кто дольше не собьётся», «Удочка». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры.	2
15.	Разучивание игр «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее» Весёлые старты.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	2
16.	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка» Эстафета с мячами, скакалками.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.	2
17.	Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору.	ТБ на уроках лыжной подготовки. Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.	Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.	2

18.	«Гонки санок» «Попади в цель». Игры по выбору.	Игры на лыжах.	Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	2
19.	Катание на лыжах. «Быстрые упряжки», «На санки» Игры по выбору.	Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.	Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	2
20.	Катание на лыжах . «Поменяй флажки», «Через препятствия» Самостоятельные игры.	Изменение скорости передвижения скользящим шагом и попеременным двушажным ходом.	Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	2
21.	Катание на лыжах. Разучивание игр «Идите за мной», «Сороконожки» Самостоятельные игры.	Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.	Знать ТБ катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	2
22.	Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето» Игры по выбору.	Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры.	Знать Т Б катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	2
23.	Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.	Эстафета на лыжах. Игры.	Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные	2

			игры.	
24.	Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.	Эстафета на лыжах. Игры.	Знать технику безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.	2
25.	Разучивание игр «Гонки парами», «Будь внимателен» Самостоятельные игры.	Эстафета на лыжах. Игры.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, самостоятельно играть в разученные игры.	2
26.	«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафеты.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	2
27	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	2
28.	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.	Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	2
29.	«Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.	Соревнования. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	2
30.	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай».	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом,	2

	Эстафета «Паровозик».	способностей. Подвижные игры.	самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	
31.	«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручeёк». Комбинированная эстафета. Игры по выбору.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	2
32.	Упражнение «Силачи». Игры: «День и ночь», «Волк во рву». Комбинированная эстафета.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	2
33.	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	2
34	Весёлые старты.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.		2