

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивная мозаика» относиться к программам ***физкультурно-спортивной*** направленности.

Создана на основе современных требований государственной политики в области дополнительного образования, рассчитана на межсетевое взаимодействие на базе МБОУ «Дреневская ОШ» и опирается на следующие документы:

**Нормативные документы**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р.
3. «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года». Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ №28 от

28.09.2020 г. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к

организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»

1. Паспорт национального проекта "Образование" (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 N 16) –4.2. ФП «Успех каждого ребенка»
2. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, по основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
5. Приказ Департамента образования и науки Костромской области от 10.09.2021г.№1410 «Об утверждении Концепции развития системы воспитания в Костромской области на период до 2030 года».
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ. Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 № 09-3242 ММ
7. Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества Красносельского муниципального района Костромской обрасти (далее – Учреждение)»
8. **Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в** МБУДО «Дом детского творчества» Красносельского муниципального района Костромской обрасти (далее – Учреждение)

**Новизна программы** заключается в использовании игровых технологий, что является очевидным признаком соответствия современным требованиям к организации учебно-воспитательного процесса.

**Актуальность программы** обусловлена интересом детей к игровой деятельности. В процессе игры происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми и молодёжью, что является весьма актуальным на сегодняшний день. Среди проблем, связанных с воспитанием личностно и физически здорового ребенка, занятие подвижными играми позволяет педагогам решать социально-значимые задачи, важными из которых являются: воспитание коллективизма и коммуникативности, самоутверждение, самореализация, саморазвитие, чувство долга, ответственность.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в том, что у детей при ее освоении повышается мотивация к занятиям физической культурой и спортом, развиваются физические качества, формируются личностные и волевые качества.

**Цель и задачи построения дополнительной образовательной программы**:

**Цель**: создание условий для укрепления здоровья, физического и личностного развитие детей, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом посредством подвижных игр.

**Задачи программы:**

**обучающие**

* осваивать теоретические знания по физической культуре, гигиене физического воспитания, технике безопасности;

**развивающие**

* развивать физические и личностные качества детей, двигательные умения и навыки;
* формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности;

**воспитательные**

* воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность;
* формирование позитивного отношения к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом.
* воспитывать личность гражданина – патриота Родины, сохранение и развитие чувства гордости за свою страну.

**Отличительная особенность программы** в сравнении с близкими по тематике программами заключается в широком применении игровых технологий при воспитании разносторонне развитой личности.

**Адресат программы.**

Программа разработана для детей младшего школьного возраста, 7-11 лет (мальчиков и девочек).

Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие. Учебные группы формируются не более 15 человек.

**Сроки реализации программы.** Программа рассчитана на 1 год обучения – 144 часа.

**Форма обучения *–*** очная.

**Режим занятий**. Занятия проводятся: 4 раза в неделю по 1 часу, продолжительность занятия 45 минут.

**Объём освоения программы:** 144 часа в год, 4 часа в неделю.

**Особенности организации образовательного процесса-** в соответствии с учебно-тематическим планам, формируются группы учащихся разного возраста, состав группы - постоянный; **виды занятий** по программе определяются ее содержанием: групповые, коллективные, фронтальные; и могут предусматривать беседы,практические занятия (строевая и физическая подготовка, подвижные игры).

**Ожидаемые результаты и способы их проверки**

**Предметные:**

- иметь представление о здоровом образе жизни;

- знать правила поведения в процессе коллективных действий;

- знать историю возникновения и развития подвижных игр;

- правила подвижных игр.

- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);

- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;

- владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём;

- об историческом наследии русского народа и русских народных игр;

- о традициях русских народных праздников;

- применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

**Личностные:**

- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности;

**Метапредметные**

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;  
- активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;  
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;  
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий  подвижными   играми ;  
- подбирать и проводить спортивные и подвижные игры;

- владеть терминологией по изучению спортивных и подвижных игр.

**Формы аттестации**

С целью установления соответствия результатов освоения данной программы заявленным целям и планируемым результатам проводятся стартовая и итоговая аттестация. Стартовая аттестация проходит на первом занятии в форме тестирования, итоговая – в конце учебного года в результате прохождения детьми основных тем учебного курса.

Для полноценной реализации данной программы используются следующие виды контроля:

*Вводный (стартовый)*- осуществляется посредством тестирования воспитанника и собеседования с ним;

*текущий*– задания, которые выполняются в процессе обучения;

*итоговый* - групповая и индивидуальная диагностика готовности ребёнка к школьному обучению, с помощью тестовых заданий.

Оценка образовательных результатов учащихся (промежуточная и итоговая) по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется в ходе контрольных тестов, проведении учащимися самостоятельно подвижных игр, эстафет, участия в соревнованиях, через педагогическое наблюдение; педагогический мониторинг, участие воспитанников в различных праздничных мероприятиях:

весёлые старты;

спортивные эстафеты;

спортивные праздники;

«День здоровья».

**Оценочные материалы**

Уровень физической подготовленности учащихся 7-10 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Контрольное упражнение | Возраст | Мальчики | | | Девочки | | |
| низкий | средний | высокий | низкий | средний | высокий |
| Бег 30 м | 7  8  9  10 | 7,5  7,1  6,8  6,6 | 7,3  7,0  6,7  6,5 | 5,6  5,4  5,1  5,0 | 7,6  7,3  7,0  6,6 | 7,5  7,2  6,9  6,5 | 5,8  5,6  5,3  5,2 |
| Челночный бег 3\*10м | 7  8  9  10 | 11,2  10,4  10,2  9,9 | 10,8  10,0  9,9  9,5 | 9,9  9,1  8,8  8,6 | 11,7  11,2  10,8  10,4 | 11,3  10,8  10,3  10,0 | 10,2  9,7  9,3  9,1 |
| Прыжок в длину с места, см | 7  8  9  10 | 100  110  120  130 | 115  125  130  140 | 155  165  175  185 | 90  100  110  120 | 110  125  135  140 | 150  155  160  170 |
| Наклон вперед из положения сидя | 7  8  9  10 | 1  1  1  2 | 4  4  4  5 | 9  7  7  8 | 2  2  2  3 | 7  7  7  9 | 11  12  13  14 |
| Подтягивания на перекладине (мальчики – на высокой, девочки-на низкой) | 7  8  9  10 | 1  1  1  1 | 2  2  3  3 | 4  4  5  5 | 2  3  3  4 | 5  6  7  8 | 12  14  16  18 |
| Бег 1000м/с | 7  8  9  10 | -  -  6,00  5,30 | -  -  5,30  5,00 | -  -  5,00  4,30 | -  -  7,00  6,30 | -  -  6,30  5,40 | -  -  6,00 |

**2. Содержание программы**

**2.1. Учебный план.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п\п** | **Название раздела** | **Теория** | **Практика** | **Всего часов** | **Форма контроля** |
| 1 | Введение в образовательную программу. Основы знаний по физической культуре | 0,5 | 1,5 | 2 | Опрос |
| 2 | Общеразвивающие упражнения. | 1 | 41 | 42 | Обобщение  знаний и умений,  тестирование |
| 3 | Ходьба, бег, прыжки. | 1 | 19 | 20 | Обобщение  знаний и умений,  тестирование |
| 4. | Игры подвижные. | 1 | 15 | 16 | Показ, имитация, рассказ |
| 5. | Совершенствование развивающих подвижных игр. | 1 | 33 | 34 | Обобщение  знаний и умений,  тестирование |
| 6. | Игры, эстафеты. | 1 | 29 | 30 | Обобщение  знаний и умений,  тестирование |
| **Итого** | | **5,5** | **138,5** | **144** |  |

**2.2. Содержание программы**.

**1. Введение в образовательную программу. Основы знаний по физической культуре**

**Теория:** знакомство с детьми, ознакомление с программой; инструктаж по ТБ. Предупреждение травмоопасных ситуаций. Отличие физических упражнений от естественных двигательных действий.

**Практика:** проведение подвижных игр

**2. Общеразвивающие упражнения.**

**Теория:** ознакомление с комплексом общеразвивающих упражнений.

**Практика:** общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения для развития дистанционной скорости. упражнения для развития ловкости, гибкости, быстроты, внимания. Упражнения из других видов спорта. Комплексы упражнений на формирование правильной осанки без предметов и с предметами. Упражнения с разными видами дыхания. Игры на внимание – «Выбери друга», рекреационные игры.

**3.Ходьба, бег, прыжки.**

**Теория:** виды ходьбы.

**Практика:** ходьба обычная с различным положением рук, с изменением темпа, движения. Бег прямолинейный, равномерный, с ускорением, с изменением направления и темпа движения, с преодолением препятствий. Бег на короткие дистанции до 30 метров и на длинные в медленном темпе. Прыжки на двух ногах, на одной ноге, с ноги на ногу, с места, с разбега, в длину, в высоту, с высоты. Подвижные игры

**4. Игры подвижные.**

**Теория:** виды игр.

**Практика:** групповые игры без разделения на команды. Командные игры. Игры-эстафеты. Соревнования – поединки. Большая игра с малым мячом. Прыгалки – скакалки. Спортивные развлечения и забавы на площадке. Разучивание специальных упражнений: построение и перестроение в шеренгу, в две шеренги, в круг, в колонну, фигурная маршировка.

**5. Совершенствование развивающих подвижных игр.**

**Теория:** знакомство с правилами игр на развитие координации движения, скорости, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты, внимания, на формирование правильной осанки, на расслабление мышц, подвижности суставов.

**Практика:** игры на развитие координации движения, скорости, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты, внимания, на формирование правильной осанки, на расслабление мышц, подвижности суставов.

**6. Игры, эстафеты.**

**Теория:** знакомство с правилами подвижных игр. Предупреждение травматизма во время игр.

**Практика:** Игры-сцеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса.

Игры на реакцию.

Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом.

Догонялки. Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков и игры эстафеты.

Поисковые игры. Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов.

Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: футбола, волейбола и т.д.

Игры с мячом. Эстафета «Озорные мячики»

Игровая программа «Мой веселый, звонкий мяч» физкультурный праздник.

Прыгательные игры. Игры со скакалкой, резинкой и т.д.

Старинные игры

Игры на меткость. Стрельба по мишеням. «Снежки»

Русские народные игры.

**2.3. Календарный учебный график**

(Приложение 1)

**Условия реализации программы.**

**Материально – техническое обеспечение программы**

Учебные занятия проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке.

**Используемое оборудование:** мячи, скакалки, обручи, гимнастические палки, кегли, ракетки, канат, гимнастические скамейки, маты.

**Информационное обеспечение** методическое обеспечение: наличие программы, наглядных пособий, методических разработок, рекомендаций; – видео-, фото-, интернет источники;

Кадровое обеспечение. Реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования.

***Дистанционные образовательные технологии***

Реализация программы возможна с применением дистанционных технологий в ходе педагогического процесса, при котором целенаправленное опосредованное взаимодействие обучающегося и педагога осуществляется независимо от места их нахождения на основе педагогически организованных информационных технологий. Основу образовательного процесса составляет целенаправленная и контролируемая интенсивная самостоятельная работа учащегося, который может учиться в удобном для себя месте, по расписанию, имея при себе комплект специальных средств обучения и согласованную возможность контакта с педагогом.

Основными задачами являются:

* интенсификация самостоятельной работы учащихся;
* предоставление возможности освоения образовательной программы в ситуации невозможности очного обучения (карантинные мероприятия);
* повышение качества обучения за счет средств современных информационных и коммуникационных технологий, предоставления доступа к различным информационным ресурсам

***Платформы для проведения видеоконференций:***

* Zoom

***Средства для организации учебных коммуникаций***:

* Коммуникационные сервисы социальной сети «ВКонтакте»
* Мессенджеры (Skype, Viber, WhatsApp)

**3. Планируемые результаты, формы аттестации и оценочные материалы.**

С целью установления соответствия результатов освоения данной программы заявленным целям и планируемым результатам проводятся стартовая и итоговая аттестация. Стартовая аттестация проходит на первом занятии в форме тестирования, итоговая – в конце учебного года в результате прохождения детьми основных тем учебного курса.

Для полноценной реализации данной программы используются следующие виды контроля:

*Вводный (стартовый)*- осуществляется посредством тестирования воспитанника и собеседования с ним;

*текущий*– задания, которые выполняются в процессе обучения;

*итоговый* - групповая и индивидуальная диагностика готовности ребёнка к школьному обучению, с помощью тестовых заданий.

Оценка образовательных результатов учащихся (промежуточная и итоговая) по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется в ходе контрольных тестов, проведении учащимися самостоятельно подвижных игр, эстафет, участия в соревнованиях, через педагогическое наблюдение; педагогический мониторинг, участие воспитанников в различных праздничных мероприятиях:

* весёлые старты;
* спортивные эстафеты;
* спортивные праздники;
* «День здоровья».

**Педагогический контроль**

|  |  |
| --- | --- |
| **Тема** | **Вид контроля** |
| Упражнения для развития дистанционной скорости | Стартовый (сентябрь):  - тестирование физических качеств;  - диагностика физического развития. |
| Бег на длинные дистанции в медленном темпе. Подвижные игры  Прыжки в длину. Подвижные игры | Текущий (в течение года):  - контроль учета посещаемости занятий;  - проведение мониторинга заболеваемости обучающихся |
| Игры-эстафеты  Соревнования – поединки | Промежуточный:  - тестирование физических качеств;  - диагностика физического развития |
| Игры на меткость. Стрельба по мишеням  Русские народные игры | Итоговый (май):  - диагностика физической подготовленности;  - диагностика физического развития;  - открытое занятие. |

**4. Методическое обеспечение образовательного процесса.**

Методы и формы обучения по данной программе определяются требованиями с учетом индивидуальных способностей, развитием и саморазвитием личности.

Формы обучения: игры, эстафеты, весёлые старты, рассказ, беседа, считалки, экскурсии, народные приметы.

***Приёмы и методы***

При реализации программы используются различные методы обучения:

* словесные: рассказ, объяснение нового материала;
* наглядные: показ новых игр, демонстрация иллюстративного материала;
* практические: апробирование новых игр: игры на свежем воздухе на спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности: игровой и учебной.

Начало работы по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия: освоение учебной группой новых игр.

Такой приём, как беседа, помогает установлению доверительных отношений между педагогом и учащимися, позволяет расширить кругозор и пополнить знания, которые необходимы в исследовательской работе.

В общей системе всестороннего развития человека воспитание ребенка занимает важное место. Начиная с дошкольного возраста закладываются основы здоровья, физического развития, формируются двигательные навыки, создается фундамент для воспитания физических качеств. Учащиеся младших классов, преемственно развиваясь с большим удовольствием занимаются физической культурой. Особенный интерес вызывают у них различного вида игры: начиная от народных игр, заканчивая спортивными - баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис, бадминтон и т. д.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у учащихся младших классов положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи. Они проводятся летом и зимой на открытом воздухе, что является эффективным средством закаливания организма ребенка.

Подвижные игры – одно из самых любимых и полезных занятий детей. В их основе лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определенной, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, в то же время, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания, например, развитию скоростно-силовых качеств.

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

Все эти развивающие аспекты усиливаются спецификой подвижных игр. Именно поэтому грамотное использование народных игр не только полезно для детей, но и чрезвычайно актуально, поскольку правильное “включение” элементов игр в процесс физического воспитания активно способствует гармоничному развитию и физической подготовленности учащихся.

**5. Используемая литература.**

**Список литературы для педагога:**

1. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 2003.

2. Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 2008.

3. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры – к спорту, 2005.

4. Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 2001.

5. Литвинова М.Ф. Русские народные игры. Москва, /Просвещение/ 2006.

**Список литературы для учащихся:**

1. Назаренко Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений; Владос - Москва, 2017.

2. Степаненкова Э. Я., Сборник подвижных игр.- СПб.: Речь, 2016.

3. Пирсон Алан, Хокинс Дэвид Школа мгновенной реакции, ловких движений, быстрых ног и сильных рук. Физическое развитие детей; АСТ, Астрель - Москва, 2014.

4. Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 2008.

5. Шмаков С. Нетрадиционные праздники в школе.- /Новая школа/, Москва, 2007.

**Интернет-ресурсы.**

Сайт "Я иду на урок физкультуры" <http://spo.1september.ru/urok/>

Сайт «ФизкультУра» [http://www.fizkult-ura.ru/](https://www.google.com/url?q=http://www.fizkult-ura.ru/&sa=D&ust=1566007446937000)

Образовательные сайты для учителей физической культуры [http://metodsovet.su/dir/fiz\_kultura/9](https://www.google.com/url?q=http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9&sa=D&ust=1566007446937000)

Основные виды спортивных игр <https://infourok.ru/osnovnie-vidi-sportivnih-igr-1381472.html>

Консультация для родителей.pptx [(скачать)](https://orlenok.tvoysadik.ru/file/download?id=549)

Утренняя зарядка.pptx [(скачать)](https://orlenok.tvoysadik.ru/file/download?id=550)

**Приложение 1**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата** | **Форма занятия** | **Кол. час** | **Тема занятия** | **Место проведения** | **Форма контроля** |
| 1,2 |  | Лекция,  практическое занятие | 1 | Инструктаж по ТБ. Предупреждение травмоопасных ситуаций. Отличие физических упражнений от естественных двигательных действий. | Здание начальной школы МБОУ «Дреневская ОШ» (д. Харитоново, д. 44) | Рассказ, опрос |
|  | 1 |
| 3,4 |  | Практическое занятие | 1 | Ознакомление с комплексом общеразвивающих упражнений.  без предметов | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 5,6 |  | Практическое занятие | 1 | Упражнения для развития дистанционной скорости | Выполнение нормативов,  тестирование |
|  | 1 |
| 7-8 |  | Практическое занятие | 1 | Упражнения для развития ловкости | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 9-10 |  | Практическое занятие | 1 | Упражнения для развития гибкости | Тестирование |
|  | 1 |
| 11-12 |  | Практическое занятие | 1 | Упражнения для развития быстроты | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 13-14 |  | Практическое занятие | 1 | Упражнения для развития внимания. | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 15-16 |  | Практическое занятие | 1 | Упражнения из других видов спорта. | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 17-18 |  | Практическое занятие | 1 | Комплексы упражнений на формирование правильной осанки без предметов | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 19-20 |  | Практическое занятие | 1 | Комплексы упражнений на формирование правильной осанки с предметами. | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 21-22 |  | Практическое занятие | 1 | Упражнения с разными видами дыхания. | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 23-24 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на внимание – «Выбери друга» | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 25-26 |  | Практическое занятие | 1 | Рекреационные игры | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 27-28 |  | Практическое занятие | 1 | Подвижные игры с шарами  Изучение правил игры | Показ, рассказ |
|  | 1 |
| 29-30 |  | Практическое занятие | 1 | Подвижные групповые игры для мальчиков и девочек | Показ, рассказ |
|  | 1 |
| 31-32 |  | Практическое занятие | 1 | Подвижные игры с обручем и скакалкой  Изучение правил игры | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 33-34 |  | Практическое занятие | 1 | Подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 35-36 |  | Практическое занятие | 1 | Знакомство с играми разных народов.  Игры: «Найди платок» - Австрия, «Лиса и квочка» - Турция, «Аист и лягушка» - Япония, «Золотое зернятко» - Белоруссия, «Стрельба в мишень» - Тувинская.. | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 37- 38 |  | Практическое занятие | 1 | Игры малой интенсивности |  |
|  | 1 |
| 39-40 |  | Практическое занятие | 1 | Силовые игры | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 41-42 |  | Практическое занятие | 1 | Игры, способствующие развитию основных физических качеств. | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 43-44 |  | Практическое занятие | 1 | Знакомство с зимними играми.  Игра «Ловцы снега». | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 45-46 |  | Практическое занятие | 1 | Теория: виды ходьбы | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 47-48 |  | Практическое занятие | 1 | Ходьба обычная с различным положением рук, с изменением темпа, движения. | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 49-50 |  | Практическое занятие | 1 | Бег прямолинейный, Подвижные игры | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 51-52 |  | Практическое занятие | 1 | Бег равномерный, с ускорением. Подвижные игры | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 53-54 |  | Практическое занятие | 1 | Бег с изменением направления и темпа движения. Подвижные игры | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 55-56 |  | Практическое занятие | 1 | Бег с преодолением препятствий. на короткие дистанции до 30 метров Подвижные игры | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 57-58 |  | Практическое занятие | 1 | Бег на длинные дистанции в медленном темпе. Подвижные игры | Обобщение  знаний и  умений, тестирование |
|  | 1 |
| 59-60 |  | Практическое занятие | 1 | Прыжки в длину. Подвижные игры | Обобщение  знаний и  умений, тестирование |
|  | 1 |
| 61-62 |  | Практическое занятие | 1 | Прыжки в высоту. Подвижные игры | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 63-64 |  | Практическое занятие | 1 | Прыжки с высоты. Подвижные игры | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 65-66 |  | Практическое занятие | 1 | Игры подвижные.  Теория: виды игр.  Разучивание специальных упражнений: построение и перестроение в шеренгу, в две шеренги | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 67-68 |  | Практическое занятие | 1 | Разучивание специальных упражнений: построение в круг. Групповые игры без разделения на команды | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 69-70 |  | Практическое занятие | 1 | Разучивание специальных упражнений: фигурная маршировка Командные игры | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 71-72 |  | Практическое занятие | 1 | Игры-эстафеты | Обобщение  знаний и  умений, тестирование |
|  | 1 |
| 73-74 |  | Практическое занятие | 1 | Соревнования – поединки | Обобщение  знаний и  умений, тестирование |
|  | 1 |
| 75-76 |  | Практическое занятие | 1 | Большая игра с малым мячом. | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 77-78 |  | Практическое занятие | 1 | Прыгалки – скакалки | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 79-80 |  | Практическое занятие | 1 | Спортивные развлечения и забавы на площадке | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 81-82 |  | Практическое занятие | 1 | Знакомство с правилами игр на развитие координации движения | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 83-84 |  | Практическое занятие | 1 | Знакомство с правилами игр на развитие скорости | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 85-86 |  | Практическое занятие | 1 | Знакомство с правилами игр на развитие ловкости | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 87-88 |  | Практическое занятие | 1 | Знакомство с правилами игр на развитие выносливости | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 89-90 |  | Практическое занятие | 1 | Знакомство с правилами игр на развитие гибкости | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 91-92 |  | Практическое занятие | 1 | Знакомство с правилами игр на развитие быстроты, внимания | Показ, имитация, рассказ |
|  |
| 93-94 |  | Практическое занятие | 1 | Знакомство с правилами игр на развитие внимания | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 95-96 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на развитие координации движения | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 97-98 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на развитие скорости | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 99-100 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на развитие ловкости | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 101-102 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на развитие выносливости | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 103-104 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на развитие гибкости | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 105-106 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на развитие быстроты | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 107-108 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на развитие на формирование правильной осанки | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 109-110 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на развитие быстроты внимания | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 111-112 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на расслабление мышц | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 113-114 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на развитие подвижности суставов. | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 115-116 |  | Практическое занятие | 1 | Знакомство с правилами подвижных игр. Предупреждение травматизма во время игр. | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 117-118 |  | Практическое занятие | 1 | Игры-сцеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса. | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 119—120 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на реакцию.  Догонялки. | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 121-122 |  | Практическое занятие | 1 | Игры-перетягивания. Силовые игры, общей целью которых является необходимость перетянуть противника определенным образом. | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 123-124 |  | Практическое занятие | 1 | Игры эстафеты | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 125-126 |  | Практическое занятие | 1 | Всевозможные игры с общей игровой механикой – водящему (или водящим) необходимо осалить (коснуться) убегающих игроков | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 127-128 |  | Практическое занятие | 1 | Поисковые игры. Игры, игровой процесс которых построен на поиске участников или предметов. | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 129-130 |  | Практическое занятие | 2 | Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: футбола | Обобщение  знаний и  умений |
|  |
| 131-132 |  | Практическое занятие | 1 | Спортивные игры. Игры по мотивам популярных игровых видов спорта: волейбола | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 133-134 |  | Практическое занятие | 1 | Игры с мячом. Эстафета «Озорные мячики» | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 135-136 |  | Практическое занятие | 1 | Игровая программа «Мой веселый, звонкий мяч» физкультурный праздник | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 137-138 |  | Практическое занятие | 1 | Прыгательные игры. Игры со скакалкой, резинкой и т.д. | Показ, имитация, рассказ |
|  | 1 |
| 139-140 |  | Практическое занятие | 1 | Старинные игры | Обобщение  знаний и  умений |
|  | 1 |
| 141-142 |  | Практическое занятие | 1 | Игры на меткость. Стрельба по мишеням | Обобщение  знаний и  умений,  тестирование |
|  | 1 |
| 143-144 |  | Практическое занятие | 1 | Русские народные игры | открытое занятие |
|  | 1 |
|  |  |  |  |  |  |