|  |
| --- |
| Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  «Березовская средняя школа № 1 им. Е.К. Зырянова»  **Аннотация к рабочей программе**  **учебного курса внеурочной деятельности**  «Спортивная секция «Прикладно-ориентированная физическая культура» **ООП НОО**  Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Спортивная секция «Прикладно-ориентированная физическая культура»плана внеурочной деятельности разработана в соответствии с пунктом 31.1 ФГОС НОО и реализуется 4 года с 1 по 4 класс  Рабочая программа разработана учителем физической культуры в соответствии с положением о рабочих программах и определяет организацию образовательной деятельности руководителем учебного курса внеурочной деятельности в школе по учебному курсу внеурочной деятельности «Спортивная секция «Прикладно-ориентированная физическая культура»**.**  Рабочая программа учебного предмета является частью ООП НОО, определяющей:  - содержание;  - планируемые результаты (личностные, метапредметные и предметные);  - тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания и возможностью использования ЭОР/ЦОР;  - поурочное планирование.  Рабочая программа обсуждена и принята решением методического объединения и согласована заместителем директора по учебно-воспитательной работе МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова  Дата 31.08 2022г. |

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Березовская средняя школа № 1 им. Е.К. Зырянова»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **РАССМОТРЕНО** МО учителей начальных классов учитель начальных классов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) Протокол№1 от "\_\_\_\_" \_\_\_\_ 202\_\_\_ г. | **СОГЛАСОВАНО** Заместитель директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)   "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_\_ 202\_\_\_ г. | **УТВЕРЖДАЮ** директор МБОУ БСШ № 1 им. Е.К.Зырянова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) Приказ№\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_\_ 202\_\_\_ г |
| **РАССМОТРЕНО** МО учителей начальных классов учитель начальных классов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) Протокол№1 от "\_\_\_\_" \_\_\_\_ 202\_\_\_ г. | **СОГЛАСОВАНО** Заместитель директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)   "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_\_ 202\_\_\_ г. | **УТВЕРЖДАЮ** директор МБОУ БСШ № 1 им. Е.К.Зырянова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) Приказ№\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_\_ 202\_\_\_ г |
| **РАССМОТРЕНО** МО учителей начальных классов учитель начальных классов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) Протокол№1 от "\_\_\_\_" \_\_\_\_ 202\_\_\_ г. | **СОГЛАСОВАНО** Заместитель директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)   "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_\_ 202\_\_\_ г. | **УТВЕРЖДАЮ** директор МБОУ БСШ № 1 им. Е.К.Зырянова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) Приказ№\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_\_ 202\_\_\_ г |
| **РАССМОТРЕНО** МО учителей начальных классов учитель начальных классов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) Протокол№1 от "\_\_\_\_" \_\_\_\_ 202\_\_\_ г. | **СОГЛАСОВАНО** Заместитель директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)   "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_\_ 202\_\_\_ г. | **УТВЕРЖДАЮ** директор МБОУ БСШ № 1 им. Е.К.Зырянова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) Приказ№\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ "\_\_\_\_" \_\_\_\_\_\_ 202\_\_\_ г |

**Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности**

**«Спортивная секция**

**«Прикладно-ориентированная физическая культура»**

для начального общего образования (1-4 классы)

Срок освоения: 4 года (1-4 класс)

Составитель: Инамов Анваржон Хусниддинович,

учитель физической культуры

2022 г.

1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному курсу внеурочной деятельности «Спортивная секция «Прикладно-ориентированная физическая культура» на уровне начального общего образования составлена на основе:

* Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 №286 (31.1 ФГОС НОО);
* Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации №1598 от 19 декабря 2014 г. «Об утверждении федерального государственного стандарта НОО обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
* Требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования;
* Образовательной программы начального общего образования МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова;
* Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с тяжелыми нарушениями речи муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Березовская средняя школа №1 имени Е. К. Зырянова» (вариант 5.1.);
* Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Березовская средняя школа №1 имени Е. К. Зырянова» (вариант 7.1.);
* Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Березовская средняя школа №1 имени Е. К. Зырянова» (вариант 7.2.);
* Примерной рабочей программы начального общего образования «Физическая культура»;
* Рабочей программы воспитания МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова.

В соответствии с «Положением о рабочей программе учебного предмета, учебного курса, учебного модуля, разрабатываемых по ФГОС НОО – 2021 в МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова, планом внеурочной деятельности начального общего образования, календарным учебным графиком МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова.

«Спортивная секция «Прикладно-ориентированная физическая культура» способствует расширению кругозора, развитию индивиду­альных возможностей каждого ребёнка через народные, подвижные и спортивные игры. Игра – явление многогранное, ее можно рассматривать как особую форму существования всех без исключения сторон жизнедеятельности ребёнка. Она является эффективным средством формирования личности школьника, его морально-волевых качеств, в игре реализуется потребность воздействия на мир. Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития. Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные 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, желании обладать силой.

**Цель программы:** сохранение и укрепление физического здоровья обучающихся младшего школьного возраста, совершенствование двигательных умений и навыков посредством народных, подвижных и спортивных игр.

**Основными задачами данного курса являются:**

* научить детей играть активно и самостоятельно;
* ознакомить младших школьников с разными видами русских народных игр, традициями, историей и культурой русского народа;
* обучить правилам русских народных игр, спортивных подвижных игр и других физических упражнений игровой направленности;
* пробудить в детях желание заботиться о своем здоровье (формировать заинтересованное отношение к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
* вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу;
* способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

Программа способствует овладению детьми универсальными учебными действиями (познавательными, коммуникативными, регулятив­ными, личностными) и прикладными творческими навыками и умениями.

**Место учебного курса внеурочной деятельности** «**Спортивная секция «Прикладно-ориентированная физическая культура» в плане внеурочной деятельности**

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования учебный курс внеурочной деятельности «Спортивная секция «Прикладно-ориентированная физическая культура» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений.

Данный учебный курс внеурочной деятельности входит в план внеурочной деятельности 1-4 классов программы начального общего образования МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова в объёме одного часа в неделю (общее количество часов в год: 1 класс – 33 часа, 2-4 класс по 33 часа). Общее количество на уровне начального общего образования – 132 часа.

**2. Содержание учебного КУРСА внеурочной деятельности**

Данный учебный курс внеурочной деятельности позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания. Содержание учебного курса внеурочной деятельности «Спортивная секция «Прикладно-ориентированная физическая культура», используется образовательной организацией исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций. Содержание учебного курса внеурочной деятельности «Спортивная секция «Прикладно-ориентированная физическая культура» включает в него популярные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Программа представлена следующими играми: народные игры, игры на развитие психических процессов, подвижные игры, спортивные игры.

Методы проведения занятий разнообразны: Эстафеты, историческое путешествие, спортивный калейдоскоп, праздник любимых игр, игровые программы, соревнования, спортивная викторина. Метод показа, метод сравнения, метод анализа. Формы организации учебного процесса: Индивидуальные, групповые, фронтальные, практикумы.

1. класс

**Игры с бегом (общеразвивающие игры).**

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

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными 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, чей голос?». 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 (скакалки).**

*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 (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).**

*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 – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».

**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»

2 класс

**Игры с бегом (общеразвивающие игры).**

*Теория*. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»
* Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
* Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»
* Игра «Пустое место».
* Упражнения с предметами. Ирга «Невод». Игра «Колесо»
* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».

**Игры с мячом.**

*Теория*. Правила безопасного поведения при с играх мячом.

*Практические занятия:*

* Совершенствование координации движений. Игра « Передал – садись». Игра «Свечи».
* Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»
* Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
* Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.
* Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

**Игра с прыжками (скакалки).**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра « Воробушки».
* Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
* Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
* Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

**Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).**

*Теория*. Правила по технике безопасности при проведении игры малой

подвижности.

*Практические занятия:*

* Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
* Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
* Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
* Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.
* Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «
* Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

**Зимние забавы.**

*Теория*. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

*Практические занятия:*

* Игра «Лепим снежную бабу».
* Игра «Лепим сказочных героев».
* Игра «Санные поезда».
* Игра «На одной лыже».
* Игра «Езда на перекладных»

**Эстафеты.**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки

*Практические занятия:*

* Веселые старты
* Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
* Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
* Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
* Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

**Народные игры**

*Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

*Практические занятия:*

* Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
* Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
* Разучивание народных игр. Игра «Котел»
* Разучивание народных игр. Игра **«Дедушка – сапожник».**

1. класс

**Игры с бегом (общеразвивающие игры).**

*Теория*: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
* Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
* Знакомство с нормами ГТО, сдача нормативов.

**Игра с прыжками (скакалки).**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
* Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
* Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
* Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

**Игры с мячом.**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
* Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»
* Игра «Баскетбол». Игра «Волейбол», Игра «Футбол»
* Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
* Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

**Игра с прыжками (скакалки).**

*Теория*. Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
* Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
* Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
* Комплекс ОРУ. Игра « Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

**Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).**

*Теория*. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

*Практические занятия*

* Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
* Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.
* Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»
* Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
* Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

**Зимние забавы.**

*Теория*. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

*Практические занятия:*

* Игра «Строим крепость».
* Игра «Взятие снежного городка».
* Игра «Лепим снеговика».
* Игра «Меткой стрелок».

**Эстафеты.**

*Теория.* Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

*Практические занятия:*

* Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
* Эстафета «Президентские состязания»
* Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

**Народные игры**

*Теория.* Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

*Практические занятия:*

* Разучивание народных игр. Игра **"Горелки".**
* Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
* Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
* Разучивание народных игр. Игра **«Мишени».**

1. класс

**Игры с бегом (общеразвивающие игры).**

*Теория*: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
* Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
* Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
* Выполнение норм ГТО.

**Игры с мячом.**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
* Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»
* Игра «Баскетбол». Игра «Волейбол», Игра «Футбол»
* Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
* Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

**Игра с прыжками (скакалки).**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

* Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
* Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
* Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».

**Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки).**

*Теория*. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

*Практические занятия*

* Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
* Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.
* Игры «Колечко». Игра « Море волнуется». Игра «Кривой петух»
* Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
* Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

**Зимние забавы.**

*Теория*. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

*Практические занятия:*

* Игра «Строим крепость».
* Игра «Взятие снежного городка».
* Игра «Лепим снеговика».
* Игра «Меткой стрелок».

**Эстафеты.**

*Теория.* Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

*Практические занятия:*

* Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
* Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
* Эстафета «Президентские состязания»

**Народные игры**

*Теория.* Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

*Практические занятия:*

* Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
* Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
* Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
* Разучивание народных игр. Игра «Мишени».

**3.планируемые результаты освоения учебного КУРСАвнеурочной деятельности «Творческая студия «Прикладно-ориентированная физическая культура»**

***3.1 Личностные результаты обучающегося***

В ходе изучения данного учебного курса в начальной школе у обучающегося будут сформированы следующие личностные новообразования:

* формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
* проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
* уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
* стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
* понимание культурно-исторической ценности традиций, отражённых в предметном мире; чувство сопричастности к культуре своего народа, уважительное отношение к культурным традициям других народов;
* проявление устойчивых волевых качества и способность к само-регуляции: организованность, аккуратность, трудолюбие, ответственность, умение справляться с доступными проблемами;
* готовность вступать в сотрудничество с другими людьми с учётом этики общения; проявление толерантности и доброжелательности.
  1. ***Метапредметные результаты обучающегося***

В ходе изучения данного учебного курса в начальной школе у обучающегося формируются следующие универсальные учебные действия

**Познавательные УУД:**

* ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в рамках изучаемого курса (в пределах изученного), использовать изученную терминологию в своих устных высказываниях;
* осуществлять анализ с выделением существенных и несущественных признаков;
* комбинировать и использовать освоенные технологии при планировании и осуществлении своей деятельности в рамках изучаемого курса.

**Работа с информацией:**

* осуществлять поиск необходимой для выполнения работы информации в учебных пособиях, хрестоматиях, картах, атласах и других доступных источниках, анализировать её и отбирать в соответствии с решаемой задачей;
* анализировать и использовать знаково-символические средства представления информации для решения задач в умственной и материализованной форме;
* следовать при выполнении работы инструкциям учителя или представленным в других информационных источниках.

**Коммуникативные УУД:**

* вступать в диалог, задавать собеседнику вопросы, использовать реплики-уточнения и дополнения; формулировать собственное мнение и идеи, аргументировано их излагать; выслушивать разные мнения, учитывать их в диалоге;
* создавать тексты-описания на основе наблюдений (рассматривания) в рамках изучаемого курса;
* строить рассуждения о связях природного и предметного мира, простые суждения (небольшие тексты) в рамках изучаемого курса;
* объяснять последовательность совершаемых действий в рамках выполнения проектов и исследования.

**Регулятивные УУД:**

* рационально организовывать свою работу (подготовка рабочего места, поддержание и наведение порядка, уборка после работы);
* выполнять правила безопасности при выполнении работы;
* планировать работу, соотносить свои действия с поставленной целью;
* устанавливать причинно-следственные связи между выполняемыми действиями и их результатами, прогнозировать действия для получения необходимых результатов;
* выполнять действия контроля и оценки; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок;
* проявлять волевую саморегуляцию при выполнении работы.

**Совместная деятельность:**

* организовывать под руководством учителя и самостоятельно совместную работу в группе: обсуждать задачу, распределять роли, выполнять функции руководителя/лидера и подчинённого; осуществлять продуктивное сотрудничество;
* проявлять интерес к работе товарищей; в доброжелательной форме комментировать и оценивать их достижения, высказывать свои предложения и пожелания; оказывать при необходимости помощь;
* понимать особенности проектной деятельности, выдвигать несложные идеи решений предлагаемых проектных заданий, мысленно создавать конструктивный замысел, осуществлять выбор средств и способов для его практического воплощения; предъявлять аргументы для защиты продукта проектной, исследовательской деятельности.

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**1 класс**

Обучающийся первого года освоения учебного курса внеурочной деятельности присвоит следующие предметные умения:

* играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью;
* перечислять правила подвижных игр и народных игр;
* руководствоваться правилами игры, соблюдать правила безопасности.
* взаимодействовать со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.
* применять правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе

**2 класс**

Обучающийся второго года освоения учебного курса внеурочной деятельности присвоит следующие предметные умения:

* организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
* перечислять правила подвижных игр и народных игр;
* руководствоваться правилами игры, соблюдать правила безопасности;
* описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки;
* взаимодействовать со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности;
* использовать действия изученных подвижных игр для развития координационных и кондиционных способностей;
* применять правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе.

**3 класс**

Обучающийся третьего года освоения учебного курса внеурочной деятельности присвоит следующие предметные умения:

* организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры, осуществлять судейство;
* демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
* выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
* выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении); волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах); футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
* описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки;
* взаимодействовать со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.

4 класс

Обучающийся четвертого года освоения учебного курса внеурочной деятельности присвоит следующие предметные умения:

* объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
* осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
* приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
* выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.
* описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки.
* взаимодействовать со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности.
* организовывать и проводить совместно со сверстниками подвижные игры, осуществлять судейство

Тематическое планирование

1 класс 2022-2023 учебный год

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | | | **Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
| **всего** | **контрольные работы** | **практические работы** |
| 1 | Игры с бегом (общеразвивающие игры). | 6 ч. | 0 ч. | 5 ч. | * побуждать обучающихся соблюдать на занятии принципы учебной дисциплины и самоорганизации; * применять на занятии интерактивные формы работы с обучающимися: включение в урок игровых процедур, которые способствуют налаживанию позитивных межличностных отношений в коллективе, * применять на занятии интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работа в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися; * организовывать в рамках занятия поощрение учебной/социальной успешности; * формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; * создавать доверительный психологический климат в классе во время занятия. | нет |
| 2 | Игра с прыжками (скакалки). | 5 ч. | 0 | 4ч | * побуждать обучающихся соблюдать на занятии принципы учебной дисциплины и самоорганизации; * применять на занятии интерактивные формы работы с обучающимися: включение в урок игровых процедур, которые способствуют налаживанию позитивных межличностных отношений в коллективе, * применять на занятии интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работа в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися; * организовывать в рамках занятия поощрение учебной/социальной успешности; * формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни | нет |
| 3 | Игры с мячом. | 5ч. | 0 ч. | 4 ч. | * побуждать обучающихся соблюдать на занятии принципы учебной дисциплины и самоорганизации; * применять на занятии интерактивные формы работы с обучающимися: включение в занятие игровых процедур, которые способствуют налаживанию позитивных межличностных отношений в коллективе; * организовывать работу обучающихся с социально значимой информацией по поводу получаемой на занятии социально значимой информации - обсуждать, высказывать мнение; * привлекать внимание обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на занятии явлений, понятий, приемов. * организовывать в рамках занятия поощрение учебной/социальной успешности; * формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни. | РЭШ |
| 4 | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 5ч. | 0 ч. | 4 ч. | * побуждать обучающихся соблюдать на занятии принципы учебной дисциплины и самоорганизации; * применять на занятии интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работа в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися; * организовывать в рамках занятия поощрение учебной/социальной успешности; * формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни | нет |
| 5 | Зимние забавы. | 4ч. | 0ч. | 3 ч. | * побуждать обучающихся соблюдать на занятии принципы учебной дисциплины и самоорганизации; * применять на занятии интерактивные формы работы с обучающимися: включение в урок игровых процедур, которые способствуют налаживанию позитивных межличностных отношений в коллективе, * организовывать в рамках занятия поощрение учебной/социальной успешности; * формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; * создавать доверительный психологический климат в классе во время занятия. | нет |
| 6 | Эстафеты. | 4 ч. | 0 ч. | 3ч. | * побуждать обучающихся соблюдать на занятии принципы учебной дисциплины и самоорганизации; * организовывать в рамках занятия поощрение учебной/социальной успешности; * применять на занятии интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работа в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися; * формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; * создавать доверительный психологический климат в классе во время занятия. | РЭШ |
| 7. | Народные игры | 4 ч. | 0 ч. | 3ч. | * побуждать обучающихся соблюдать на занятии принципы учебной дисциплины и самоорганизации; * применять на занятии интерактивные формы работы с обучающимися: включение в урок игровых процедур, которые способствуют налаживанию позитивных межличностных отношений в коллективе, * применять на занятии интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работа в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися; * организовывать в рамках занятия поощрение учебной/социальной успешности; * формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; * создавать доверительный психологический климат в классе во время занятия. | Нет |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**2022-2023 учебный год**

**1 класс**

**(1 подгруппа – 1а,1б,1в классы)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема урока | Количество часов | | | Виды и формы контроля | Дата изучения  (план) | Дата изучения  (факт) |
| всего | контрольные работы | практические работы |
| **Игры с бегом – 6 часов** | | | | | | | |
| 1. | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. | 1 | 0 | 0 | опрос | **07.09** |  |
| 2. | Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **14.09** |  |
| 3. | Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **21.09** |  |
| 4. | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **28.09** |  |
| 5. | Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **05.10** |  |
| 6. | Комплекс ОРУ с предметами. Игра» «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **12.10** |  |
| **Игры с мячом – 5 часов** | | | | | | | |
| 7. | История возникновения игр с мячом. | 1 | 0 | 0 | Опрос | **19.10** |  |
| 8. | Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **26.10** |  |
| 9. | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **09.11** |  |
| 10. | Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **16.11** |  |
| 11. | Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **23.11** |  |
| **Игры с прыжками – 5 часов** | | | | | | | |
| 12. | Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. | 1 | 0 | 0 | Опрос | **30.11** |  |
| 13. | Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **07.12** |  |
| 14. | Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **14.12** |  |
| 15. | Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **21.12** |  |
| 16. | Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **28.12** |  |
| **Игры малой подвижности – 5 часов** | | | | | | | |
| 17. | Правила по технике безопасности при проведении игры малой  подвижности. | 1 | 0 | 0 | Опрос | **11.01** |  |
| 18. | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **18.01** |  |
| 19. | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **25.01** |  |
| 20. | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **01.02** |  |
| 21 | *Соревнования «Вперед, мальчишки»* | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **08.02** |  |
| **Зимние забавы – 4 часа** | | | | | | | |
| 22. | Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. | 1 | 0 | 0 | Опрос, наблюдение | **22.02** |  |
| 23. | Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **01.03** |  |
| 24. | Игра «Клуб ледяных инженеров».Игра «Мяч из круга». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **15.03** |  |
| 25. | Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **29.03** |  |
| **Эстафеты – 4 часа** | | | | | | | |
| 26. | Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма. | 1 | 0 | 0 | Опрос | **05.04** |  |
| 27. | Беговая эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **12.04** |  |
| 28. | Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками) | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **19.04** |  |
| 29. | *Эстафеты «Президентские состязания»* | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **26.04** |  |
| **Народные игры – 4 часа** | | | | | | | |
| 30. | Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. | 1 | 0 | 0 | Опрос | **03.05** |  |
| 31. | Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба» | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **10.05** |  |
| 32. | Разучивание народных игр. Игра «Чижик» | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **17.05** |  |
| 33. | *День здоровья «Народные спортивные игры»* | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **24.05** |  |
|  | Всего: | 33 | 0 | **26** |  |  |  |

**1,2 класс**

**(2 подгруппа – 1г,2г классы)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема урока | Количество часов | | | Виды и формы контроля | Дата изучения  (план) | Дата изучения  (факт) |
| всего | контрольные работы | практические работы |
| **Игры с бегом – 6 часов** | | | | | | | |
| 1. | Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни. | 1 | 0 | 0 | опрос | **02.09** |  |
| 2. | Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **09.09** |  |
| 3. | Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **16.09** |  |
| 4. | Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **23.09** |  |
| 5. | Комплекс ОРУ в движении. Игра ««Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **30.09** |  |
| 6. | Комплекс ОРУ с предметами. Игра» «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **07.10** |  |
| **Игры с мячом – 5 часов** | | | | | | | |
| 7. | История возникновения игр с мячом. | 1 | 0 | 0 | Опрос | **14.10** |  |
| 8. | Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **21.10** |  |
| 9. | Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **28.10** |  |
| 10. | Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **11.11** |  |
| 11. | Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **18.11** |  |
| **Игры с прыжками – 5 часов** | | | | | | | |
| 12. | Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам. | 1 | 0 | 0 | Опрос | **25.11** |  |
| 13. | Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **02.12** |  |
| 14. | Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **09.12** |  |
| 15. | Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **16.12** |  |
| 16. | Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **23.12** |  |
| **Игры малой подвижности – 5 часов** | | | | | | | |
| 17. | Правила по технике безопасности при проведении игры малой  подвижности. | 1 | 0 | 0 | Опрос | **13.01** |  |
| 18. | Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **20.01** |  |
| 19. | Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **27.01** |  |
| 20. | Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **03.02** |  |
| 21 | *Соревнования «Вперед, мальчишки»* | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **10.02** |  |
| **Зимние забавы – 4 часа** | | | | | | | |
| 22. | Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении. | 1 | 0 | 0 | Опрос, наблюдение | **03.03** |  |
| 23. | Игра «Скатывание шаров». Игра «Гонки снежных комов». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **10.03** |  |
| 24. | Игра «Клуб ледяных инженеров».Игра «Мяч из круга». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **17.03** |  |
| 25. | Игра «Гонка с шайбами». Игра «Черепахи». | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **31.03** |  |
| **Эстафеты – 4 часа** | | | | | | | |
| 26. | Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма. | 1 | 0 | 0 | Опрос | **07.04** |  |
| 27. | Беговая эстафеты. | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **14.04** |  |
| 28. | Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками) | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **21.04** |  |
| 29. | *Эстафеты «Президентские состязания»* | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **28.04** |  |
| **Народные игры – 4 часа** | | | | | | | |
| 30. | Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей. | 1 | 0 | 0 | Опрос | **05.05** |  |
| 31. | Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба» | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **12.05** |  |
| 32. | Разучивание народных игр. Игра «Чижик» | 1 | 0 | 1 | Практическая работа | **19.05** |  |
| 33. | *День здоровья «Народные спортивные игры»* | 1 | 0 | 1 | Промежуточная аттестация | **26.05** |  |
|  | Всего: | 33 | 0 | **26** |  |  |  |