Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 83»

Рассмотрено Руководитель МО	СОГЛАСОВАНО Зам. директора по УВР	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «СОШ № 83» Приказ № “ “ _____

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Юный ГТОшник»

для 1-4 классов

на 2023-2024 учебный год

СОСТАВИТЕЛЬ

Трофимов Виталий Юрьевич

учитель физической культуры

СЕВЕРСК 2024

Аннотация к программе

Занятия по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Юный ГТОшник» предназначены для учащихся 1 - 4 классов средних общеобразовательных учреждений. Курс направлен на формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В процессе освоения учебного материала данной области обеспечивается формирование целостного представления о единстве биологического, психического и социального в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психофизической природы.

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «ГТОшник» разработана на основе нормативной базы:

- Закон Российской Федерации “Об образовании”;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- СанПиН, 2.4.2.1178-02 “Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса” (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9;
- Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ “О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения”,
- Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 “О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования” в части сохранения и укрепления здоровья школьников.
- О недопустимости перегрузок учащихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.)

Общая характеристика направления внеурочной деятельности

Занятия по программе “Юный ГТОшник” входят во внеурочную деятельность по направлению спортивно-оздоровительное развитие личности. ***Актуальность*** данной программы в обеспечении двигательной активности детей, улучшении самочувствия, состояния здоровья, достижения физического и психологического комфорта.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

Цель программы: оптимизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач:**

- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым — школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.
Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, а также дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему для образовательной практики.
Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).
Подвижные игры способствуют объединению коллектива, массовому охвату детей физическими упражнениями, являются замечательным средством всестороннего физического развития.
Раздел «Подвижные игры» образовательной программы пересекается с задачами, которые ставятся для выполнения детьми на уроках физической культуры.
Программный материал по подвижным играм сгруппирован по преимущественному воздействию их на соответствующие двигательные способности и умения. После освоения базового варианта игры рекомендуется варьировать условия проведения, число участников, инвентарь, время проведения игры и др.
Все игры подобраны с учетом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста.

Описание ценностных ориентиров содержания курса

Содержание курса спортивно-оздоровительного направления «Юный ГТОшник» направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Описание места направления внеурочной деятельности в учебном плане

Программа рассчитана на 135 занятий (45 мин.) для обучающихся 1-4 классов: 1 классы – 33 занятия по 1 занятию в неделю, 2-4 классы – 34 занятия по 1 занятию в неделю. Занятия спортивно-оздоровительного направления проводятся во второй половине дня.

Личностные, метапредметные и предметные результаты направления внеурочной деятельности

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
• Договариваться и приходить к общей согласованности во время проведения игр. • Формирование представлений об этических идеалах и ценностях. • Отбирать и выполнять комплексы упражнений в соответствии с изученными правилами.	• Соблюдать санитарно-гигиенические правила, режим дня. • Понимать необходимость ЗОЖ и соблюдать правила безопасного поведения. • Демонстрировать уровень физической подготовленности.	• Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение. • Знать различные виды игр. • Выполнять правила игры.

Планируемые результаты изучения направления внеурочной деятельности

Занимающиеся должны:

Знать:

- о способах и особенностях движение и передвижений человека;
- о системе дыхания. работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

Уметь:

- выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику плоскостопия, развитие систем дыхания и кровообращения;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека: бегать и прыгать различными способами; метать и бросать мячи; лазать и перелезать через препятствия;
- выполнять акробатические и гимнастические упражнения, простейшие комбинации;
- освоят навыки организации и проведения подвижных игр, элементы и простейшие технические действия игр в футбол, баскетбол и волейбол;
- в процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия.

Содержание направления внеурочной деятельности

Игры с элементами легкой атлетики

Ученики приобретают основы умений бега на короткие и длинные дистанции, прыжков в длину и высоту с места и с разбега, метаний в цель и на дальность. Бег, прыжки и метания отличаются большой вариативностью выполнения и применения в различных условиях.

Игры с элементами гимнастики:

способствуют формированию навыка правильной осанки у детей младшего школьного возраста. Музыкально–ритмическая деятельность направлена на воспитание эстетических, физических, нравственных и умственных качеств, развивается познавательный интерес, память, вырабатывается устойчивость произвольного внимания, совершенствуется творческая активность.

Игры с элементами спортивных игр:

способствуют усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем через активные двигательные действия. Подвижные игры закаливают организм, укрепляют нервную систему. Дети знакомятся с правилами спортивных игр, приучаются играть дружно, уступать и помогать друг другу. Чувство честности, межличностные отношения выступают в игре наиболее темпераментно и ярко.

Учебно-тематическое планирование

№	Разделы	Количество часов			
		1 класс	**2 класс**	**3 класс**	**4 класс**
1.	Игры с элементами легкой атлетики	10	10	10	10
2.	Игры с элементами гимнастики	5	5	5	5
3.	Игры с элементами спортивных игр	18	19	19	19
	Итого	**33**	**34**	**34**	**34**

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

1 класс

№	Тема	практика	теория	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Вводное занятие. Инструктаж О.Т.		1	Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в спортивном зале и на улице. Требования к спортивной форме.
2	Игра «Два мороза»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
3	Игра «Воробьи и вороны»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
4	Игра «Светофор»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
5	Игра «Гусары»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие внимания и координации. Подвижные игры.
6	Игра «Кузнечики»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
7	Игра «Заколдованный замок»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
8	Игра «Зайцы на болоте»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
9	Игра «Четыре мяча»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
10	Игра «Картошка»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
11	Игра «Собачка»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
12	Пионербол	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
13	Игра «Мяч капитану»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
14	Игра «Попади в цель»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
15	Мини-баскетбол	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
16	Эстафеты с мячом	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
17	Флорбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами хоккея.
18	Эстафеты с шайбой	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами хоккея.

19	Игра «Квадрат»	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
20	Игра «Вышибала»	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
21	Мини-футбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
22	Мини-гандбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами гандбола.
23	Игра «Камыши и щуки»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
24	Игра «Лиса и охотники»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
25	Игра «Волки во рву»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
26	Игра «Али-баба»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
27	Игра «Третий лишний»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
28	Игра «Пятнашки»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
29	Бадминтон	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Бадминтон.
30	Лапта	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Лапта.
31	Городки	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Городки.
32	Дартс	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Дартс.
33	Итоговая диагностика		1	

2 класс

№	Тема	практика	теория	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Вводное занятие. Инструктаж О.Т.		1	Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в спортивном зале и на улице. Требования к спортивной форме.
2	Игра «Два мороза»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.

3	Игра «Воробьи и вороны»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
4	Игра «Светофор»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
5	Игра «Гусары»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие внимания и координации. Подвижные игры.
6	Игра «Кузнечики»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
7	Игра «Заколдованный замок»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
8	Игра «Зайцы на болоте»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
9	Игра «Четыре мяча»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
10	Игра «Картошка»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
11	Игра «Собачка»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
12	Пионербол	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
13	Игра «Мяч капитану»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
14	Игра «Попади в цель»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
15	Мини-баскетбол	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
16	Эстафеты с мячом	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
17	Флорбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами хоккея.
18	Эстафеты с шайбой	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами хоккея.

19	Игра «Квадрат»	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
20	Игра «Вышибала»	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
21	Мини-футбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
22	Мини-гандбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами гандбола.
23	Игра «Камыши и щуки»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
24	Игра «Лиса и охотники»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
25	Игра «Волки во рву»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
26	Игра «Али-баба»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
27	Игра «Третий лишний»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
28	Игра «Пятнашки»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
29	Бадминтон	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Бадминтон.
30	Лапта	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Лапта.
31	Городки	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Городки.
32	Дартс	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Дартс.
33	Итоговая диагностика		1	
34	Отработка игровых действий при проведении подвижных игр	1		

3 класс

№	Тема	практика	теория	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Вводное занятие. Инструктаж О.Т.		1	Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в спортивном зале и на улице. Требования к спортивной форме.
2	Игра «Два мороза»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
3	Игра «Воробьи и вороны»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
4	Игра «Светофор»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
5	Игра «Гусары»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие внимания и координации. Подвижные игры.
6	Игра «Кузнечики»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
7	Игра «Заколдованный замок»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
8	Игра «Зайцы на болоте»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
9	Игра «Четыре мяча»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
10	Игра «Картошка»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
11	Игра «Собачка»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
12	Пионербол	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
13	Игра «Мяч капитану»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
14	Игра «Попади в цель»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.

15	Мини-баскетбол	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
16	Эстафеты с мячом	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
17	Флорбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами хоккея.
18	Эстафеты с шайбой	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами хоккея.
19	Игра «Квадрат»	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
20	Игра «Вышибала»	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
21	Мини-футбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
22	Мини-гандбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами гандбола.
23	Игра «Камыши и щуки»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
24	Игра «Лиса и охотники»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
25	Игра «Волки во рву»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
26	Игра «Али-баба»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
27	Игра «Третий лишний»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
28	Игра «Пятнашки»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
29	Бадминтон	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Бадминтон.

30	Лапта	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Лапта.
31	Городки	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Городки.
32	Дартс	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Дартс.
33	Итоговая диагностика		1	
34	Отработка игровых действий при проведении подвижных игр	1		

4 класс

№	Тема	практика	теория	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Вводное занятие. Инструктаж О.Т.		1	Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в спортивном зале и на улице. Требования к спортивной форме.
2	Игра «Два мороза»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
3	Игра «Воробьи и вороны»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
4	Игра «Светофор»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
5	Игра «Гусары»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие внимания и координации. Подвижные игры.
6	Игра «Кузнечики»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
7	Игра «Заколдованный замок»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
8	Игра «Зайцы на болоте»	1		ОрУ. Стретчинг. Развитие быстроты и ловкости. Подвижные игры.
9	Игра «Четыре мяча»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
10	Игра «Картошка»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.

11	Игра «Собачка»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
12	Пионербол	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
13	Игра «Мяч капитану»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
14	Игра «Попади в цель»	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с волейбольным мячом.
15	Мини-баскетбол	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
16	Эстафеты с мячом	1		ОрУ. с мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с баскетбольным мячом.
17	Флорбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами хоккея.
18	Эстафеты с шайбой	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами хоккея.
19	Игра «Квадрат»	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
20	Игра «Вышибала»	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
21	Мини-футбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами футбола.
22	Мини-гандбол	1		ОрУ. с малым мячом. Развитие ловкости и силы. Подвижные игры с элементами гандбола.
23	Игра «Камыши и щуки»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
24	Игра «Лиса и охотники»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
25	Игра «Волки во рву»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.

26	Игра «Али-баба»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
27	Игра «Третий лишний»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
28	Игра «Пятнашки»	1		ОрУ. Беговые упражнения. Развитие быстроты и силы. Подвижные игры.
29	Бадминтон	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Бадминтон.
30	Лапта	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Лапта.
31	Городки	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Городки.
32	Дартс	1		Ору. Развитие ловкости и силы. Дартс.
33	Итоговая диагностика		1	
34	Отработка игровых действий при проведении подвижных игр	1		

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

1. Учебно-методические пособия:

1. Стандарты второго поколения Примерная программа по учебным предметам часть 2, Москва, «Просвещение», 2010

2. В.И.Лях. Комплексная программа физического воспитания 1 – 4 классы Москва, «Просвещение», 2007

3. Сборник нормативных документов Физическая культура, Москва, Дрофа, 2004

4.А. Ю. Патрекеев. Подвижные игры, - издательство «ВАКО», 2007

5. И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова. Здоровьесберегающие технологии, Москва,

2. Учебно-практическое оборудование:

Стенка гимнастическая
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные
Палка гимнастическая
Скакалка детская
Мат гимнастический
Кегли
Обруч детский
Рулетка измерительная
Щит баскетбольный тренировочный
Сетка волейбольная
Аптечка