Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

начальная общеобразовательная школа № 7

с художественно – эстетическим направлением

г. Грязи Грязинского муниципального района Липецкой области

Рассмотрена и рекомендована Утверждена

к утверждению на заседании приказом по школе

МС МБОУ НОШ №7 №\_\_\_\_от\_\_\_\_\_\_\_\_2015 г.

 Протокол №\_\_\_\_от\_\_\_\_\_\_2015 г. Директор\_\_\_\_\_\_\_\_Е.И. Фокина

Рабочая программа по курсу

«Динамическая пауза»

 (возраст: 7-8 лет)

Срок реализации: 1 год.

Составила: Попова Ирина Александровна,

 учитель начальных классов.

 2015 – 2016 уч. г.

**Пояснительная записка.**

        События,  происходящие в нашей стране, поставили новые задачи перед учителями и организаторами досуга детей. Для педагогов особенно важна задача непрерывности учебно-воспитательного процесса.

Особенность этой задачи в том, чтобы проводить эту работу ненавязчиво, дать возможность детям отдохнуть, сменить вид деятельности и сделать мягкий переход от классно-урочной системы к активным, содержательным видам отдыха: соревнованиям и играм.

Детям нужна игра в любую пору их жизни. И нужен взрослый, опытный человек, который сумеет заинтересовать игрой не компьютерной, но развивающей точность, подвижность, ловкость, глазомер. Учителю нужно суметь предложить игру, воспитывающую умение анализировать, вырабатывающую выносливость, закаляющую тело и душу ребенка. Игры приучают детей терпеливо сносить боль от падений и ушибов, требуют смекалки, находчивости, развивают массу навыков и умений.

Основным условием успешного внедрения подвижных игр в жизнь школьников всегда было и остается глубокое знание и свободное владение обширным игровым репертуаром, а также методикой педагогического руководства. Учитель, творчески используя игру как эмоционально-образное средство влияния на детей, пробуждает у них интерес, воображение, добиваясь активного выполнения игровых действий.

В ходе игры педагог привлекает внимание ребят к ее содержанию, следит за точностью движений, которые должны соответствовать правилам, за дозировкой физической нагрузки, делает краткие указания, поддерживает и регулирует эмоционально-положительное настроение и взаимоотношение играющих, приучает их ловко и стремительно действовать в создавшейся игровой ситуации, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели при этом испытывать радость.

     Подвижная игра — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что подвижные игры направленны на общефизическое развитие детей. Сложные и разнообразные движения игровой деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма и формированию здоровой осанки.

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

Новые жизненные условия, в которые поставлены современные обучающиеся, вступающие в жизнь, выдвигают свои требования:

* быть мыслящими, инициативными, самостоятельными, вырабатывать свои новые оригинальные решения
* быть ориентированными на лучшие конечные результаты.

Динамические паузы не предназначены для решения задач физического совершенствования, а носят, главным образом, релаксационный и оздоровительный характер. Подвижные (динамические) паузы помогают обеспечить детям необходимую для правильного развития растущего организма двигательную активность, позволяют активно отдохнуть после преимущественно умственного труда в вынужденной позе на уроке; обеспечивают сохранение работоспособности на последующих уроках.

 Чтобы двигательная активность доставляла радость ребенку, нужно, чтобы она была организована незаметно, без напряжения для него. Поэтому она в первую очередь должна быть разнообразной.

        **Целью** курса «Динамическая пауза» является  снятие у учащихся первых классов утомляемости, повышение умственной работоспособности, формирование основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой.

   Реализация цели программы соотносится с решением следующих образовательных **задач:**

         - комфортная адаптация первоклассников в школе;

         - устранение мышечной скованности;

         - снятие физической и умственной усталости;

         - удовлетворение суточной потребности в физической нагрузке;

         - формирование установок здорового образа жизни;

         - ведение закаливающих процедур;

         - укрепление и развитие дыхательного аппарата и организма детей;

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;

- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм и физическим упражнениям;

- формирование общих представлений о режиме двигательной активности, его значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья;

- воспитание и формирование лидерских качеств личности, способной взаимодействовать в команде;

- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.

**Общая характеристика курса**

 В формировании физически здоровой и физически развитой личности с высокой потребностью в двигательной активности и повышенной умственной работоспособностью важнейшее значение имеют спортивные (динамические) часы.

 Программа по курсу «Динамическая пауза» для учащихся  первых классов начальной школы разработана в соответствии с положениями Закона «Об образовании» в части духовно-нравственного развития и воспитания учащихся, требованиями стандарта второго поколения, примерной программой начального общего образования и основными положениями Концепции содержания образования школьников в области физической культуры. При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации. В программе нашли свое отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных учреждений, требования учителей и методистов о необходимости обновления содержания образования, внедрения новых методик и технологий в образовательно-воспитательный процесс.

Курс «Динамические паузы» осваивается **на принципах:**

- реализации потребности детей в двигательной активности,

- учета специфики двигательных занятий,

- комплексном подходе к укреплению и сохранению здоровья учащихся,

- постепенном усилении физической и мышечной нагрузки,

- разнообразной физической деятельности учащихся,

- преемственности урочных и внеурочных работ

В число универсальных компетенций, формирующихся в начальной школе в процессе освоения учащимися курса «Динамическая пауза» с общеразвивающей направленностью, входят:

–  умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;

–  умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

–  умение доносить информацию в доступной, эмоционально яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

***Алгоритм работы с играми.***

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение  правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

**Место курса в учебном плане**

При разработке программы учитывались психолого-педагогические закономерности детей младшего школьного возраста,  уровень предшествующей физической подготовки.

Планирование  составлено  на 165 ч., 5 занятий в неделю.

**Ценностные ориентиры содержания курса**

Содержание учебного предмета «Динамическая пауза» направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих различные формы двигательной активности для укрепления и длительного сохранения   собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Основополагающие  педагогические  принципы  программы:

- реализации потребности детей в двигательной активности,

- учета специфики двигательных занятий,

- комплексном подходе к укреплению и сохранению здоровья учащихся,

- постепенном усилении физической и мышечной нагрузки,

- разнообразной физической деятельности учащихся,

- преемственности урочных и внеурочных работ.

Средства достижения цели:

1.Аудиовизуальные

2.Электронные образовательные ресурсы

3.Наглядные

4Демонстрационные

Методы достижения цели:

* групповой метод;
* практический метод;
* познавательная игра;
* ситуационный метод;
* игровой метод;
* соревновательный метод и др.

Формы организации деятельности:

Ведущими формами организации внеурочной деятельности предполагаются:

* экскурсии;
* практические занятия;
* сюжетно-ролевая игра, игра с правилами, образно-ролевая игра;
* просмотр и обсуждение видеоматериала;
* беседы по воспитательным эффектам подвижных игр;
* мини – проекты.

Форма организации деятельности в основном – коллективная и групповая.

Для решения задачи сохранения здоровья и формирования здоровьесберегающего спортивно-ориентированного стиля жизни учащихся, учебно-образовательный процесс строится согласно приоритетам здоровьесберегающих технологий, с применением следующих групп средств: средства двигательной направленности; оздоровительные силы природы; гигиенические факторы.

**Личностные, метапредметные  и предметные результаты освоения учебного предмета**

По окончании изучения курса «Динамическая пауза» в первом классе  начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

**Личностные результаты:**

–  формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

–  формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

–  развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

–  развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

–  формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

–  развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

–  развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

– формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

**Метапредметные результаты:**

–  овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

–  формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

–  формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

–  определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

–  готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

–  овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты:**

–  формирование первоначальных представлений о значении двигательной активности для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной  учебы и социализации;

–  овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

–  формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

–  взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

–  выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

**Планируемые результаты**

По окончании первого класса начальной школы учащиеся должны уметь:

–  планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

–  характеризовать  роль и значение двигательной активности в жизни человека;

–  использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

–  оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

–  организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство под руководством учителя;

–  соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

–  применять технические действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности;

–  выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

**Содержание программы**

1. *Подвижные игры(34 часа)* рассматриваются в качестве одного из важных средств физического воспитания.

Они привлекают занимающихся своей эмоциональностью, доступностью, разнообразием и состязательным характером, помогают в основном правильно, но в облегчённом виде выполнять элементы изучаемых технических приёмов и тактических действий и одновременно содействуют воспитанию физических качеств. Выполняются такие упражнения, как правило, с полной мобилизацией двигательных способностей.

Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

2. *Игры на внимание(32 часа)* отражают реальные факты или события, но обычное раскрывается через необычное, простое — через загадочное, трудное — через преодолимое, необходимое - через интересное. Все это происходит в игре, в игровых действиях, становится близким ребенку, радует его. Цель игры – усилить впечатление, обратить внимание детей на то, что находится рядом, но не замечается ими. Также они обостряют внимание, наблюдательность, осмысление игровых задач, облегчают преодоление трудностей и достижение успеха.

В играх на внимание содержится комплекс разнообразной деятельности детей: мысли, чувства, переживания, сопереживания, поиски активных способов решения игровой задачи, подчинение их условиям и обстоятельствам игры, отношения детей в игре.

3. *Общеразвивающие игры(29 часов)* Самостоятельные игры и развлечения. Помощь в организации и проведении подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах, в рекреации, в классе).

Формирование осанки: ходьба на носках, виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; про бегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку.

Развитие быстроты: выполнение беговых упражнений, бег с горки; бег на перегонки, ускорение из разных исходных положений.

Развитие выносливости: равномерный бег с чередующийся с ходьбой, бег с ускорениями.

Развитие координации движений: стойка на одной ноге (попеременно); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на одной и двух ногах.

4. *Комплексы общеразвивающих упражнений (22 часа)*

Динамическая пауза как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья детей: ходьба, бег, прыжки, как жизненно важные способы передвижения человека.

 5.*Игры с прыжками(37 часов)* в этих играх закрепляется и совершенствуется навык бега;

- В прыжках -  развитие скоростных и скоростно-силовых способностей; ориентирование в пространстве. Учащиеся приобретают умение с помощью вопросов получать необходимые сведения от партнера по деятельности, умение учитывать разные мнения и умение формировать собственное; эмоционально-позитивное отношение к процессу сотрудничества, доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к оказанию помощи тем, кто в ней нуждается.

 *6 Игры на координацию (10 часов)*

Подвижные игры. На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела** | **Кол-во часов** |
| **теоретических** | **практических** | **всего** |
| 1 | Подвижные игры  | 1 | 33 | 34 |
| 2 | Игры на внимание |  | 32 | 32 |
| 3 | Общеразвивающие игры |  | 29 | 29 |
| 4 | Комплексы общеразвивающие |  | 22 | 22 |
| 5 | Игры с прыжками |  | 37 | 37 |
| 6 | Игры на координацию |  | 10 | 10 |
|  | **Итого:** | **1** | **164** | **165** |

**Календарно – тематический план.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Количество****часов** | **дата** | **дата** |
| **план** | **факт** |
| 1 | Игра «У медведя во бору» | 1 | 1.09 | 1.09. |
| 2 | Игра «Гуси-лебеди» | 1 | 2.09 | 2.09. |
| 3 | Игра «Сапоги-скороходы» | 1 | 3.09 | 3.09. |
| 4 | Игра «Рыбаки и рыбки» | 1 | 4.09 | 4.09. |
| 5 | Игра «Веселый футбол» | 1 | 7.09 | 7.09. |
| 6 |  Игра Необычный волейбол» | 1 | 8.09 | 8.09. |
| 7 | Игра «Не урони мяч» | 1 | 9.09 | 9.09. |
| 8 | Игра «Рыбаки и рыбки» | 1 | 10.09 | 10.09. |
| 9 | Игра «Совушка-сова» | 1 | 11.09 | 11.09. |
| 10 | Игры народов мира» | 1 | 14.09 | 14.09. |
| 11 | Игры с мячом и скакалкой» | 1 | 15.09 | 15.09. |
| 12 | Игра «Делаем одновременно» | 1 | 16.09 | 16.09. |
| 13 | Игра «Салки» | 1 | 17.09 | 17.09. |
| 14 | Игра «Пантомима» | 1 | 18.09 | 18.09. |
| 15 | Игра «Сторож и мыши» | 1 | 21.09 | 21.09. |
| 16 | Игра По лесным дорожкам» | 1 | 22.09 | 22.09. |
| 17 | Игра «Сороконожки» | 1 | 23.09 |  |
| 18 | Игра «Наш друг светофор» | 1 | 24.09 |  |
| 19 | Игра «Путаница» | 1 | 25.09 |  |
| 20 | Подвижные игры на улице. | 1 | 28.09 |  |
| 21 | Веселая эстафета | 1 | 29.09 |  |
| 22 | Игра «Море волнуется» | 1 | 30.09 |  |
| 23 | Игра «Парный футбол» | 1 | 1.10 |  |
| 24 | Игры на спортивной площадке. | 1 | 2.10 |  |
| 25 | Игра «Выжигалы» | 1 | 5.10 |  |
| 26 | Игра «Самые быстрые» | 1 | 6.10 |  |
| 27 | Игра «Охотники и лисицы» | 1 | 7.10 |  |
| 28 | Игра «Футбол руками» | 1 | 8.10 |  |
| 29 | Соревнования «Чемпионы малого мяча» | 1 | 9.10 |  |
| 30 | Игра «Лягушата» | 1 | 12.10 |  |
| 31 | Игра «Платочек» | 1 | 13.10 |  |
| 32 | Игра «Веселая гусеница» | 1 | 14.10 |  |
| 33 | Веселые старты | 1 | 15.10 |  |
| 34 | Игра «Вороны и воробьи» | 1 | 16.10 |  |
| 35 | Игра «Белки,орехи,шишки». | 1 | 19.10 |  |
| 36 | Игра «А-рам-шим-шим». | 1 | 20.10 |  |
| 37 | Игра «Поймай хвост дракона» | 1 | 21.10 |  |
| 38 | Игра «Угадай чей голосок» | 1 | 22.10 |  |
| 39 | Игра «Третий лишний» | 1 | 23.10 |  |
| 40 | Игра «Заяц без логова» | 1 | 26.10 |  |
| 41 | Игра «Сантики-сантики-лим-по-по». | 1 | 27.10 |  |
| 42 | Игра «Водяной» | 1 | 28.10 |  |
| 43 | Игра «Белки, орехи, шишки» | 1 | 29.10 |  |
| 44 | Игра «Капканы» | 1 | 30.10 |  |
| 45 | Игра «Соловьи и вороны». | 1 | 9.11 |  |
| 46 | Игра «Море волнуется раз» | 1 | 10.11 |  |
| 47 | Подвижные ишгры на улице» | 1 | 11.11 |  |
| 48 | Игра «Водяной. Путаница» | 1 | 12.11 |  |
| 49 | Игра «Поймай мяч» | 1 | 13.11 |  |
| 50 | Игра «Самый быстрый. Самый ловкий» | 1 | 16.11 |  |
| 51 | Игра «У медведя во бору» | 1 | 17.11 |  |
| 52 | Игра «Становись-разойдись» | 1 | 18.11 |  |
| 53 | Игра «Точный расчет» | 1 | 19.11 |  |
| 54 | Игра «Совушка» | 1 | 20.11 |  |
| 55 | Эстафеты с обручем | 1 | 23.11 |  |
| 56 | Игра «Космонавты, моряки». | 1 | 24.11 |  |
| 57 | Игра «Охотники и лисицы» | 1 | 25.11 |  |
| 58 | Игра «Лукошко грибника» | 1 | 26.11 |  |
| 59 | Игра «Зайцы в огороде» | 1 | 27.11 |  |
| 60 | Игра «К своим флажкам» | 1 | 30.11 |  |
| 61 | Игра «Два Мороза» | 1 | 1.12 |  |
| 62 | Подвижные игры на свежем воздухе». | 1 | 2.12 |  |
| 63 | Игра «Мяч водящему» | 1 | 3.12 |  |
| 64 | Игра «Меткий стрелок» | 1 | 4.12 |  |
| 65 | Игра «По секрету всему свету» | 1 | 7.12 |  |
| 66 | Игра «Веселый футбол» | 1 | 8.12 |  |
| 67 | Игра «Зайцы, белки и лисицы» | 1 | 9.12 |  |
| 68 | Подвижные игры с мячом» | 1 | 10.12 |  |
| 69 | Игра «Кто быстрее…, кто сильнее» | 1 | .11.12 |  |
| 70 | Игра «Дедушка Мороз» | 1 | 14.12 |  |
| 71 | Игра «Захвати крепость» | 1 | 15.12 |  |
| 72 | Игра «Во поле, во бору» | 1 | 16.12 |  |
| 73 | Игра «Бросай, поймай» | 1 | 17.12 |  |
| 74 | Эстафета «Зимние забавы» | 1 | 18.12 |  |
| 75 | Игра «Белки, орехи ,шишки» | 1 | 21.12 |  |
| 76 |  Игра «Водяной» | 1 | 22.12 |  |
| 77 | Игра «Берег и река» | 1 | 23.12 |  |
| 78 | Игра «Кот и мыши» | 1 | 24.12 |  |
| 79 | Игра «Берег и река» | 1 | 25.12 |  |
| 80 | Игра «Попади в цель» | 1 | 11.01 |  |
| 81 | Игра "Запрещенное движение" | 1 | 12.01 |  |
| 82 | Игра "Конники - спортсмены" | 1 | 13.01 |  |
| 83 | Игра "Попрыгунчики-воробушки".  | 1 | 14.01 |  |
| 84 | Игры "Перемена мест", "День и ночь!  | 1 | 15.01 |  |
| 85 | Игра "Прыжки по полоскам" | 1 | 18.01 |  |
| 86 | Игра "На оленьих тропах"  | 1 | 19.01 |  |
| 87 | Игры "Перемени мяч", "Ловушки с мячом"- | 1 | 20.01 |  |
| 88 | Игры "Упасть не давай", "Пролезай - убегай"  | 1 | 21.01 |  |
| 89 | Игра "Кто дальше бросит",  | 1 | 22.01 |  |
| 90 | Игры с бегом: "Салки",  "К своим флажкам!",  | 1 | 25.01 |  |
| 91 | Игра "Нападение акулы" | 1 | 26.01 |  |
| 92 | Игра "Быстрые упряжки" | 1 | 27.01 |  |
| 93 | Игра "Трамвай" | 1 | 28.01 |  |
| 94 | Игра "Пройди и не задень" | 1 | 29.01 |  |
| 95 | Игры "Альпинисты", "Невидимки" | 1 | 1.02 |  |
| 96 | Эстафета с лазаньем и перелезанием. | 1 | 2.02 |  |
| 97 | Игры у гимнастической стенки  | 1 | 3.02 |  |
| 98 | Игра с прыжками: "Удочка" |  | 4.02 |  |
| 99 | Игра «Поймай ленту" | 1 | 5.02 |  |
| 100 | Игра "Через ручеек" | 1 | 8.02 |  |
| 101 | Игры «Карусель», «Замри» | 1 | 9.02 |  |
| 102 | Игра "Пятнашки" | 1 | 10.02 |  |
| 103 | Игра "Обведи меня" | 1 | 11.02 |  |
| 104 | Игра "Успей поймать" | 1 | 12.02 |  |
| 105 | Игра "Мяч водящему. | 1 | 23.02 |  |
| 106 | Игра "Мяч в корзину" | 1 | 24.02 |  |
| 107 | Игры-эстафеты с бегом и мячом | 1 | 25.02 |  |
| 108 | Игра "Прыжки по полоскам" | 1 | 26.02 |  |
| 109 | Игры с бегом: "К своим флажкам", "Пятнашки"-повтор | 1 | 29.02 |  |
| 110 | Игра "Пролезай - убегай" | 1 | 1.03 |  |
| 111 | Игра-соревнование "Веселые старты" | 1 | 2.03 |  |
| 112 | Игры с мячом. | 1 | 3.03 |  |
| 113 | Игра "Через ручеек" | 1 | 4.03 |  |
| 114 | Игра "Перемена мест" | 1 | 8.03 |  |
| 115 | "День и ночь! – игра. | 1 | 9.03 |  |
| 116 | Игра с элементами ОРУ: "Запрещенное движение" |  | 10.03 |  |
| 117 | Игра "Ловушки с мячом" | 1 | 11.03 |  |
| 118 | Игра «Ловишки-перебежки» | 1 | 14.03 |  |
| 119 | Игры с прыжками  «На одной ноге» | 1 | 15.03 |  |
| 120 | Игра «Кричалки–шепталки–молчалки» | 1 | 16.03 |  |
| 121 | Игра «Попади в след»  | 1 | 17.03 |  |
| 122 | Игры с бегом: «Два мороза» - разучивание, «Ловишки-перебежки» - повторение | 1 | 18.03 |  |
| 123 | Игры с мячом:  «Большой мяч», «У кого мяч?» | 1 | 21.03 |  |
| 124 | Игры «Донести рыбку», «Удочка» | 1 | 22.03 |  |
| 125 | Игра «Змейка» | 1 | 30.03 |  |
| 126 | Игра «Не урони шарик» | 1 | 31.03 |  |
| 127 | Игры «Зайцы в огороде», «Кот и мышки» | 1 | 1.04 |  |
| 128 | Игры на координацию. | 1 | 4.04 |  |
| 129 | Игра «Сбей мяч»  | 1 | 5.04 |  |
| 130 | Игра «Поймай того, у кого камешек» | 1 | **6.04.** |  |
| 131 | Игра с бегом: «Зайцы в огороде»  | 1 | 7.04. |  |
| 132 | Игры с прыжками: «С кочки на кочку»  | 1 | 8.04. |  |
| 133 | Игры «Рыбки»  | 1 | 11.04. |  |
| 134 | Игра «Большой мяч»  |  | **12.04.** |  |
| 135 | Игра «Кот и мышки» | 1 | 13.04. |  |
| 136 | Игра «Из обруча в обруч» | 1 | 14.04. |  |
| 137 | [Игра «Земля, вода,воздух,ветер»](http://www.google.com/url?q=http%3A%2F%2Fdolager.ru%2FMetodicheskie-posobiya%2FPsihologicheskie-igryi%2FIgra-Zemlya-voda-vozduh-veter.html&sa=D&sntz=1&usg=AFQjCNHdWcjaNPEDLGg6X_tMkoPqoWOKFg) | 1 | 15.04. |  |
| 138 | Игра «У кого мяч?» | 1 | **18.04.** |  |
| 139 | Игры с бегом «Ловишки-перебежки» | 1 | 19.04. |  |
| 140 | Игры с прыжками | 1 | 20.04. |  |
| 141 | Игра «Поймай того, у кого камешек» | 1 | 21.04. |  |
| 142 | Игра «Не урони шарик» | 1 | **22.04.** |  |
| 143 | Игры с мячом | 1 | 25.04. |  |
| 144 | Игра «Попади в цель» | 1 | 26.04. |  |
| 145 | Игра «На одной ноге» | 1 | 27.04. |  |
| 146 | Игры на координацию: «Удочка», «Не урони шарик» | 1 | 28.04. |  |
| 147 | Игры с элементами ОРУ | 1 | 29.04. |  |
| 148 | Игра «Бросай - лови» | 1 | 2.05. |  |
| 149 | Игра «Караси и щука» | 1 | 3.05. |  |
| 150 | Игра «Прихлопни комара»,  | 1 | **4.05.** |  |
| 151 | Игра «Кружева» | 1 | 5.05. |  |
| 152 | Игры с элементами ОРУ |  | 6.05. |  |
| 153 |  «Эстафета с мячами» | 1 | 9.05. |  |
| 154 | Игры: «Не попадись», «Попробуй поймай». | 1 | **10.05.** |  |
| 155 | Игра «Кто дальше» | 1 | 11.05. |  |
| 156 | Игра а «Прыжки по полоскама» | 1 | 12.05. |  |
| 157 | Игра «Черепашки» | 1 | 13.05. |  |
| 158 | Игра а «Мяч соседу» | 1 | **16.05.** |  |
| 159 | Игры «Замри», «Кружева» | 1 | 17.05. |  |
| 160 | Игра «Скатывание шаров» | 1 | 18.05. |  |
| 161 | Игра «Попробуй поймай». | 1 | 19.05. |  |
| 162 | Игра «Прихлопни комара» | 1 | **20.05.** |  |
| 163 | Игры с элементами ОРУ | 1 | 23.05. |  |
| 164 | Игра «Эстафета с мячом» | 1 | 24.05. |  |
| 165 | Подвижные игры на свежем воздухе | 1 | 25.05. |  |

**Материально – техническое обеспечение образовательного процесса.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование объектов и средств материально – технического обеспечения** | **Перечень** |
| **1** | Печатные пособия | **1.**Поурочные разработки по физкультуре 1-4 классы. - М.: «ВАКО». 2011г. |
| **2** | Электронные ресурсы | Сайты:1. А.В. Печенкин, Н. В. Киселева. ОФП (ежедневные динамические паузы) как фактор сохранения здоровья учащихся в учебном процессе. <http://www.schoolexpert.ru>
2. А.В.Закирова Модифицированная общеобразовательная программа. Реализация

 здоровьесберегающих технологий в ГПД. http://festival.1september.ru  |