**Физическая культура**

Всего часов 34

В неделю 1 час

|  |  |
| --- | --- |
| № урока | Тема урока |
|  | Прыжки в длину с места. Игра «Салки». |
|  | Прыжки по разметкам. Игра «Пятнашки» |
|  | Игра по упрощенным правилам «Русская лапта» |
|  | Игра мини-футбол по упрощенным правилам. (м) Игра «Русская лапта» (д) |
|  | Эстафеты с мячами. Игра «Вызов номеров» |
|  | Ловля и передача мяча в движении. Игра «Охотники и утки». |
|  | Бросок набивного мяча от груди. Игра « Кто дальше бросит»Игра «Охотники и утки». |
|  | ОРУ с мячами. Игра «Два мороза». |
|  | Игра «Попади в обруч». Игра Мини-баскетбол |
|  | Игра мини-баскетбол по упрощенным правилам. |
|  | Эстафеты со скакалкой, с большими гимнастическими мячами.Игра «Угадай, кто подходил» |
|  | ОРУ типа утренней гимнастики. Игра “Посадка картофеля”, «Лиса в курятнике» |
|  | Режим дня. Личная гигиена. Игра “Посадка картофеля”, «Угадай, кто подходил». |
|  | ОРУ со скакалками. Эстафеты с элементами акробатики. |
|  | ОРУ с обручами. Игра «Выталкивание из круга». Игра «Угадай чей голосок» |
|  | Эстафеты с преодолением препятствий. Игра «Угадай, чей голосок» |
|  | Игровые задания на гимнастическом бревне. ОРУ с мячами |
|  | Лазанье по канату. Игра «Бой петухов». |
|  | Гимнастическая полоса препятствий на формирование правильной осанки. Игра «Класс» |
|  | ОРУ в парах. Игры с ведением мяча. Игра «Мини - баскетбол». |
|  |  Гигиена одежды и обуви. Игра «Мини-баскетбол |
|  | Приемы закаливания. ОРУ в движении. Игра пионербол. |
|  | Эстафеты с мячами. |
|  | Ловля и передача мяча в движении. Игра пионербол. |
|  | Преодоление полосы препятствий. Игра «Прокати быстрее мяч».Игра «Школа мяча» |
|  | Броски набивного мяча в цель. Ведение мяча по прямой.Игра «Мини-баскетбол « |
|  | Броски набивного мяча в цель. Игра «Мини-баскетбол « |
|  | Прыжки в высоту с 4-5 шагов. Игра «Зайцы в огороде» |
|  | Прыжки в высоту с разбега. Игра «Прыгающие воробушки» |
|  | Техника безопасности при метаниях мяча. Игра «Русская лапта» |
|  | Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Вызов номеров». |
|  | Преодоление полосы препятствий. Игра «Мини-футбол».Игра «Русская лапта» |
|  | Правила безопасности при купании в естественных водоемах. Игра «Русская лапта» |
|  | Эстафеты с предметами. |