**Пояснительная записка**

**Программа разработана** на основе:

* федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373);
* примерной образовательной программы образовательного учреждения, начальное общее образование, 2012 г., для ОУ, реализующих ФГОС;

**Цели:** содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащимися.

**Задачи** направлены на:

* формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;
* обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
* воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
* расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

**Общая характеристика программы.**

Программа «Подвижные игры» ориентирована на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духов­ное совершенствование личности, формирование у учащихся по­требностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, фор­мирование гуманистических отношений, приобретение опыта об­щения. Во время занятий школьников обучают способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий. Подвижные игры оказывают благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Принципиальное значение придается обучению младших школьников навыкам и умениям организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. В процессе использования учащимися приобретенных знаний, двигательных умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня.

**Описание места программы в плане внеурочной деятельности.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Направление внеурочной деятельности | Формы работы | Класс | Колич. часов в неделю/  год |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Спортивно-оздоровительное | «Подвижные игры» | 1 | 1 |

**Описание ценностных ориентиров содержания программы.**

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

**Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

**Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

**Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

**Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.**

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

* планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
* оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
* организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
* применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Календарно-тематическое планирование 1а класс

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | тема занятия | кол-во часов | дата | |
| план | факт |
| 1 | Вводное занятие, Инструктаж по ТБ. Игра «Водяной» | 1 |  |  |
| 2 | Игра «Мы веселые ребята» | 1 |  |  |
| 3 | Игра «Гуси- лебеди» | 1 |  |  |
| 4 | Игра «Волк во рву» | 1 |  |  |
| 5 | Игра «К своим флажкам» | 1 |  |  |
| 6 | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 7 | Эстафета с мячами | 1 |  |  |
| 8 | игра  «Заяц без дома» | 1 |  |  |
| 9 | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 10 | игра «Стой!» | 1 |  |  |
| 11 | игра «Совушка» | 1 |  |  |
| 12 | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 13 | Эстафета со скакалками | 1 |  |  |
| 14 | Игра «Паровозик» | 1 |  |  |
| 15 | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 16 | игра «Вышибалы» | 1 |  |  |
| 17 | игра «Воробьи и вороны» | 1 |  |  |
| 18 | игра «Салки» | 1 |  |  |
| 19 | Повторение изученных игр | 1 |  |  |
| 20 | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 21 | "Эстафеты с лазаньем и перелезанием" | 1 |  |  |
| 22 | игра «Чай-чай выручай» | 1 |  |  |
| 23 | игра «День и ночь» | 1 |  |  |
| 24 | игра «Вызов номеров» | 1 |
| 25 | Прыжки в длину ,игра «Караси и щука» | 1 |  |  |
| 26 | футбол | 1 |  |  |
| 27 | игра «Третий лишний» | 1 |  |  |
| 28 | игра  «Прыгающие воробушки» | 1 |  |
| 29 | Соревнование по прыжкам через скакалку | 1 |  |  |
| 30 | игры и эстафеты с мячами | 1 |  |  |
| 31 | игра «Класс, смирно!»  Броски мяча в корзину | 1 |  |
| 32 | футбол | 1 |  |  |
| 33 | игра «Пустое место» | 1 |  |  |

Содержание программы

Тема 1.Вводное занятие, Инструктаж по ТБ.

Игра «Водяной»

Игровые правила. Игра.( развитие воображения, сплоченности коллектива).

Тема 2 Игра «Мы веселые ребята»

Игровые правила. Проведение игры.( развитие   сплоченности коллектива)

Тема3. Игра «Гуси- лебеди»

Правила игры. Проведение игры.( развивать двигательную активность, умение передавать движение птиц)

Тема4. Игра «Волк во рву»

Правила игры. Проведение игры.( совершенствование навыков бега и прыжков в длину)

Тема5 Игра «К своим флажкам.

Правила игры. Проведение игры.( развитие  ориентировки, сообразительности)

Тема6 Игры по выбору учащихся

(развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству).

Тема7 Эстафета с мячами

Игры с мячом: ловля, бросок, передача.( развивать умение вести мяч, передавать его другому игроку )

Тема8 игра  «Заяц без дома»

Правила игры. Проведение игры.( совершенствование быстроты реакции, ориентировки, ловкости, воспитание находчивости, решительности)

Тема9 Игры по выбору учащихся

(развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству).

Тема10 Игра «Стой!»

Правила игры. Проведение игры(закрепление навыков ловли и метания малого мяча,  воспитание быстроты реакции, ориентировки, умения быстро переключаться с одного действия на другое)

Тема11 Игра «Совушка

Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.( развивать умение передавать движения животных)

Тема12 Игры по выбору учащихся

(развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству)

Тема13 Эстафета со скакалками

(развивать умение выполнять упражнение со скакалками)

Тема14 Игра «Паровозик»

Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.( совершенствование навыков бега, умение играть группой)

Тема15 Игры по выбору учащихся

(развивать способность концентрировать внимание на определенном сигнале)

Тема16 Игра «Вышибалы»

Правила игры. Проведение игры.( совершенствование быстроты реакции)

Тема17 Игра «Воробьи и вороны»

Правила игры. Проведение игры.( развивать способность концентрировать внимание на определенном сигнале)

Тема18 Игра «Салки»

Правила игры. Проведение игры.(цель игры: развивать быстроту движений)

Тема19 Повторение изученных игр

(развивать умение приходить к единому мнению).

Тема20  Игры по выбору учащихся

(развитие интереса к играм и коммуникативных способностей)

Тема21 "Эстафеты с лазаньем и перелезанием"

(развитие быстроты, ловкости, координации движений)

Тема22 Игра «Чай-чай выручай»

Правила игры. Проведение игры.(развитие быстроты и ловкости, формирование чувства коллективизма)

Тема23 Игра «День и ночь»

Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.( совершенствование быстроты  реакции на слуховые сигналы)

Тема24 Игра «Вызов номеров»

Правила игры. Проведение игры.( воспитание быстроты реакции, скорости бега, смелости и взаимовыручки)

Тема25 Прыжки в длину ,игра «Караси и щука»

Игровые правила. Проведение игры.( развивать навык прыжков на одной и двух ногах ,воспитание быстроты, ловкости, ориентировки, смелости, коллективности действии)

Тема26 Футбол

Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.( развитие умения быстро бегать, передавать мячи, взаимодействовать в игре)

Тема27 Игра «Третий лишний»

(совершенствование быстроты реакции, ориентировки)

Тема28 Игра  «Прыгающие воробушки»

(закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве )

Тема29

Соревнование по прыжкам через скакалку

(развивать умение прыгать через скакалку)

Тема30 Игры и эстафеты с мячами

(развитие умения быстро бегать, передавать мячи, взаимодействовать в игре)

Тема31 Игра «Класс, смирно!»

Броски мяча в корзину ( усвоение  строевых команд  и перестроения, воспитание внимания и быстроты  реакции )

Тема32 Футбол

Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.

Тема33 игра «Пустое место»

Правила игры. Проведение игры.( развитие быстроты, формирование умения ускорять и замедлять бег)

**Пояснительная записка**

**Программа разработана** на основе:

* федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373);
* примерной образовательной программы образовательного учреждения, начальное общее образование, 2012 г., для ОУ, реализующих ФГОС;

**Цели:** содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями учащимися.

**Задачи** направлены на:

* формирование здорового жизненного стиля и реализацию индивидуальных способностей каждого ученика;
* обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
* воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций;
* расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

**Общая характеристика программы.**

Программа «Подвижные игры» ориентирована на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духов­ное совершенствование личности, формирование у учащихся по­требностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, фор­мирование гуманистических отношений, приобретение опыта об­щения. Во время занятий школьников обучают способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий. Подвижные игры оказывают благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей. Принципиальное значение придается обучению младших школьников навыкам и умениям организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями. В процессе использования учащимися приобретенных знаний, двигательных умений и навыков усиливается оздоровительный эффект физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня.

**Описание места программы в плане внеурочной деятельности.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Направление внеурочной деятельности | Формы работы | Класс | Колич. часов в неделю/  год |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Спортивно-оздоровительное | «Подвижные игры» | 1 | 1 |

**Описание ценностных ориентиров содержания программы.**

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

**Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

**Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

**Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

**Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.**

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
* технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

* планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
* оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
* организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
* взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
* в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
* применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Календарно-тематическое планирование 1б класс

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | тема занятия | кол-во часов | дата | |
| план | факт |
| 1 | Вводное занятие, Инструктаж по ТБ. Игра «Водяной» | 1 |  |  |
| 2 | Игра «Мы веселые ребята» | 1 |  |  |
| 3 | Игра «Гуси- лебеди» | 1 |  |  |
| 4 | Игра «Волк во рву» | 1 |  |  |
| 5 | Игра «К своим флажкам» | 1 |  |  |
| 6 | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 7 | Эстафета с мячами | 1 |  |  |
| 8 | игра  «Заяц без дома» | 1 |  |  |
| 9 | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 10 | игра «Стой!» | 1 |  |  |
| 11 | игра «Совушка» | 1 |  |  |
| 12 | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 13 | Эстафета со скакалками | 1 |  |  |
| 14 | Игра «Паровозик» | 1 |  |  |
| 15 | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 16 | игра «Вышибалы» | 1 |  |  |
| 17 | игра «Воробьи и вороны» | 1 |  |  |
| 18 | игра «Салки» | 1 |  |  |
| 19 | Повторение изученных игр | 1 |  |  |
| 20 | Игры по выбору учащихся | 1 |  |  |
| 21 | "Эстафеты с лазаньем и перелезанием" | 1 |  |  |
| 22 | игра «Чай-чай выручай» | 1 |  |  |
| 23 | игра «День и ночь» | 1 |  |  |
| 24 | игра «Вызов номеров» | 1 |
| 25 | Прыжки в длину ,игра «Караси и щука» | 1 |  |  |
| 26 | футбол | 1 |  |  |
| 27 | игра «Третий лишний» | 1 |  |  |
| 28 | игра  «Прыгающие воробушки» | 1 |  |
| 29 | Соревнование по прыжкам через скакалку | 1 |  |  |
| 30 | игры и эстафеты с мячами | 1 |  |  |
| 31 | игра «Класс, смирно!»  Броски мяча в корзину | 1 |  |
| 32 | футбол | 1 |  |  |
| 33 | игра «Пустое место» | 1 |  |  |

Содержание программы

Тема 1.Вводное занятие, Инструктаж по ТБ.

Игра «Водяной»

Игровые правила. Игра.( развитие воображения, сплоченности коллектива).

Тема 2 Игра «Мы веселые ребята»

Игровые правила. Проведение игры.( развитие   сплоченности коллектива)

Тема3. Игра «Гуси- лебеди»

Правила игры. Проведение игры.( развивать двигательную активность, умение передавать движение птиц)

Тема4. Игра «Волк во рву»

Правила игры. Проведение игры.( совершенствование навыков бега и прыжков в длину)

Тема5 Игра «К своим флажкам.

Правила игры. Проведение игры.( развитие  ориентировки, сообразительности)

Тема6 Игры по выбору учащихся

(развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству).

Тема7 Эстафета с мячами

Игры с мячом: ловля, бросок, передача.( развивать умение вести мяч, передавать его другому игроку )

Тема8 игра  «Заяц без дома»

Правила игры. Проведение игры.( совершенствование быстроты реакции, ориентировки, ловкости, воспитание находчивости, решительности)

Тема9 Игры по выбору учащихся

(развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству).

Тема10 Игра «Стой!»

Правила игры. Проведение игры(закрепление навыков ловли и метания малого мяча,  воспитание быстроты реакции, ориентировки, умения быстро переключаться с одного действия на другое)

Тема11 Игра «Совушка

Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.( развивать умение передавать движения животных)

Тема12 Игры по выбору учащихся

(развивать умение высказывать собственное мнение, приходить к единству)

Тема13 Эстафета со скакалками

(развивать умение выполнять упражнение со скакалками)

Тема14 Игра «Паровозик»

Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.( совершенствование навыков бега, умение играть группой)

Тема15 Игры по выбору учащихся

(развивать способность концентрировать внимание на определенном сигнале)

Тема16 Игра «Вышибалы»

Правила игры. Проведение игры.( совершенствование быстроты реакции)

Тема17 Игра «Воробьи и вороны»

Правила игры. Проведение игры.( развивать способность концентрировать внимание на определенном сигнале)

Тема18 Игра «Салки»

Правила игры. Проведение игры.(цель игры: развивать быстроту движений)

Тема19 Повторение изученных игр

(развивать умение приходить к единому мнению).

Тема20  Игры по выбору учащихся

(развитие интереса к играм и коммуникативных способностей)

Тема21 "Эстафеты с лазаньем и перелезанием"

(развитие быстроты, ловкости, координации движений)

Тема22 Игра «Чай-чай выручай»

Правила игры. Проведение игры.(развитие быстроты и ловкости, формирование чувства коллективизма)

Тема23 Игра «День и ночь»

Правила игры. Разучивание игры. Проведение игры.( совершенствование быстроты  реакции на слуховые сигналы)

Тема24 Игра «Вызов номеров»

Правила игры. Проведение игры.( воспитание быстроты реакции, скорости бега, смелости и взаимовыручки)

Тема25 Прыжки в длину ,игра «Караси и щука»

Игровые правила. Проведение игры.( развивать навык прыжков на одной и двух ногах ,воспитание быстроты, ловкости, ориентировки, смелости, коллективности действии)

Тема26 Футбол

Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.( развитие умения быстро бегать, передавать мячи, взаимодействовать в игре)

Тема27 Игра «Третий лишний»

(совершенствование быстроты реакции, ориентировки)

Тема28 Игра  «Прыгающие воробушки»

(закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве )

Тема29

Соревнование по прыжкам через скакалку

(развивать умение прыгать через скакалку)

Тема30 Игры и эстафеты с мячами

(развитие умения быстро бегать, передавать мячи, взаимодействовать в игре)

Тема31 Игра «Класс, смирно!»

Броски мяча в корзину ( усвоение  строевых команд  и перестроения, воспитание внимания и быстроты  реакции )

Тема32 Футбол

Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Игра.

Тема33 игра «Пустое место»

Правила игры. Проведение игры.( развитие быстроты, формирование умения ускорять и замедлять бег)