

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Астраханской области
«Школа-интернат имени С.И. Здоровцева»

Утверждено
(приказ от «29» 08 2024 г. № 66/л).

Директор



А.И. Никитин

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»
5 - 9 КЛАССЫ

Разработал: Филякин А.Б.

Прошла экспертизу «29» 08 2024 г.
(протокол заседания МО
предметов технологического цикла
от «29» 08 2024 г. № 1)

Руководитель МО *Шкураторва* Шкураторва О.А.

Проверено «29» 08 2024 г.

Зам. директора по УВР

И.Б. Мальцева

Пояснительная записка

Программа «Спортивные игры» реализуется в образовательной организации по спортивно-оздоровительному направлению. На изучение программы отводится по 1 часу в 2 раза неделю

Программа «Спортивные игры» направлена на укрепление здоровья детей школьного возраста 10 – 16 лет.

Данная программа может рассматриваться как одна из ступеней к здоровому образу жизни и неотъемлемой частью всего воспитательного процесса в школе, через специально организованную двигательную активность ребенка. Этим и объясняется ее актуальность.

Целью программы «Спортивные игры» является обучение детей бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства; укрепление здоровья воспитанников, их общей физической подготовки; развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений школьников.

Целесообразность данной программы состоит в укреплении здоровья, повышении физической подготовленности и формировании двигательного опыта, а также в снятии психологического напряжения после умственной работы на уроках.

Подвижные игры способствуют всестороннему, гармоничному физическому и умственному развитию, формируют необходимые навыки, координацию движений, ловкость и меткость. Подвижные игры, построенные на движениях, требующие большой затраты энергии (бег, прыжки и др.), усиливают обмен веществ в организме, оказывают укрепляющее действие на нервную систему ребенка. Они способствуют созданию бодрого настроения. Увлеченной игрой, ребенок забывает о своих маленьких огорчениях, весело и дружно играет со сверстниками. Подвижным играм присущи образовательные задачи. Игра оказывает большое воздействие на формирование личности, поскольку в ней проявляются и развиваются умения анализировать, сопоставлять, обобщать и делать выводы. Правила и двигательные действия подвижной игры создают у играющих верные представления о безопасном поведении в реальной жизни, закрепляют в их сознании представления о существующих в обществе отношениях между людьми.

Таким образом, при реализации программы «Спортивные игры» реализуется не только физическое развитие детей, но и осуществляется социализация обучающихся, развитие навыков безопасности при занятиях спортом, осуществляется развитие коммуникативных компетенций, формирование познавательного интереса.

Отличительной чертой данной программы является ее практическая значимость на уровне индивидуума, школы, социума, ведь основной особенностью подвижных игр являются их соревновательный, творческий, коллективный характер. Все свои жизненные впечатления и переживания младшие школьники отражают в условно-игровой форме.

Задачи программы:

1. Образовательные:

- ознакомление с основными знаниями техники безопасности;
- ознакомление с принципами правильного питания;
- ознакомление с основными видами мышц;
- формирование правильной осанки;
- ознакомление с основными правилами личной гигиены.

2. Развивающие:

- развитие основных физических качеств: быстроты, ловкости, меткости, выносливости;
- развитие внимания и координации;
- развитие гибкости и выносливости.

3. Воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности и умения работать в команде;
- воспитание активной жизненной позиции;
- способствовать приобщению учащихся к спорту, общекультурным и гуманистическим ценностям;

- воспитывать волевые качества.

Форма организации деятельности: групповая, индивидуально-групповая. С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое занятие в виде краткого словесного изложения основ техники безопасности при проведении спортивных и подвижных игр и упражнений. Наглядные методы обучения используются в виде показа выполнения упражнений педагогом. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки.

Развитию самостоятельности в школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры.

Для полной реализации спортивно-оздоровительного направления внеурочной деятельности учащихся особое внимание требуется уделять и проблеме воспитания культуры здоровья у младших школьников. Внеурочная деятельность может включать в себя выполнение общественной нагрузки, культурный и активный отдых на основе оздоровительных мероприятий. Для формирования привычки к здоровому образу жизни младших школьников необходима совместная работа педагога с родителями, психологической и медицинской службой, администрацией школы.

В образовательном процессе используются следующие технологии:

- ролевые игры;
- работа в группах;
- работа в парах сменного состава.

Освоение и совершенствование техники двигательных действий будет осуществляться словесными (диалог), наглядными (показ упражнения, компьютерная демонстрация) методами. Для развития двигательных способностей будут использоваться следующие методы: метод слитного (непрерывного) упражнения с нагрузкой умеренной и переменной интенсивности, метод круговой тренировки, игровой метод, соревновательный, строго регламентированного упражнения и повторный.

С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое занятие в виде краткого словесного изложения основ техники безопасности при проведении спортивных и подвижных игр и упражнений. Наглядные методы обучения используются в виде показа выполнения упражнений педагогом. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки. Оценка результатов освоения программы проходит в виде сдачи экспресс-тестов, упражнений.

Результаты освоения программы: личностные, метапредметные, предметные

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявления положительных качеств личности и управления своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- обнаружения ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общения и взаимодействия со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий и физической культуры;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности. Сохранности инвентаря и оборудования, организация места занятий;
- планирование собственной деятельности. Распределение нагрузки и организация отдыха в процессе ее выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видения красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнения их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- овладение учащимися тактикой техникой различных игр;
- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- обогащение двигательного опыта;
- расширение кругозора учащихся;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

Содержание программы «Спортивные игры»

Раздел	Темы
Спортивные игры: (баскетбол, бадминтон, мини-футбол, волейбол, «Велотриал» велосипедный спорт)	-правила игры; -профилактика травматизма; -элементы техники игры; -тактические комбинации;
Подвижные игры и эстафеты (на развитие быстроты, ловкости, координации, выносливости, скоростно-силовых качеств): «Пионербол», «Перестрелка», «Круговая лапта», «Воробы и вороны», «Снайперы», «Третий лишний», «Салки», и др.	-правила игры, эстафет; -техника безопасности во время игры, эстафет;
Общая физическая подготовка	-упражнения на гимнастической стенке, с набивными мячами, на гимнастических скамейках и др. на развитие основных двигательных качеств; технические приемы и тактические действия велосипедного спорта
Общеразвивающие упражнения	-упражнения в движении; -упражнения в парах; -упражнения с мячами; -упражнения на гимнастической стенке;

Организация и проведение спортивных мероприятий	Соревнования по подвижной игре "Перестрелка"; Эстафеты и спортивные конкурсы с элементами баскетбола; Соревнования по бадминтону; Турнир по мини-футболу.
---	--

Планируемые результаты обучения

(для обучающихся, не имеющих противопоказаний для занятий физической культурой или существенных ограничений по нагрузке)

В результате обучения обучающиеся на ступени начального общего образования начнут понимать значение занятий спортом для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

ориентироваться в понятиях «спорт», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств, умению технических приемов и тактических действий велосипедного спорта;

раскрывать на примерах положительное влияние занятий спортом на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость);

характеризовать способы безопасного поведения при занятиях спортом и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться:

выявлять связь занятий спортом с трудовой и оборонной деятельностью;

характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки, разминки и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться:

целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

*сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
играть в различные подвижные и спортивные игры, в том числе: баскетбол,
футбол и волейбол по упрощённым правилам.*

Тематическое планирование

(1 год обучения)

№	Тема	Содержание учебного материала	Основные виды деятельности
1.	Правила безопасности на занятиях подвижными играми. Велосипедный спорт «Велотриал» Устройство велосипеда.	Инструктаж по технике безопасности на занятиях Устройство велосипеда. Работа деталей и узлов. Техническое обслуживание велосипеда.	Учащиеся должны знать: экипировку велосипедиста, устройство и снаряжение велосипеда,
2.	Велосипедный спорт «Велотриал» Общие положения правил дорожного движения.	Безопасная эксплуатация велосипеда. Общие положения правил дорожного движения.	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
3.	Велосипедный спорт «Велотриал» Правила дорожного движения.	Правила дорожного движения.	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
4.	Велосипедный спорт «Велотриал»	Дорожные знаки. Дорожная разметка	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
5.	Велосипедный спорт «Велотриал» Элементы фигурного вождения велосипеда.	Элементы фигурного вождения велосипеда. Особенности отдельных элементов фигурного вождения велосипеда.	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
6.	Велосипедный спорт «Велотриал» Применение специальных сигналов.	Применение специальных сигналов. Особенности практического выполнения простых элементов фигурного вождения велосипеда.	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
7.	Велосипедный спорт «Велотриал»	Выполнение элементов фигурного вождения велосипеда: «Старт»,	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения,

	Выполнение элементов фигурного вождения	«Габаритные ворота».	правила пешехода, правила езды на велосипеде,
8.	Велосипедный спорт «Велотриал» Выполнение элемента фигурного велосипеда	Выполнение элемента фигурного вождения велосипеда «Скачок через препятствие передним колесом», «Финиш».	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
9.	Велосипедный спорт «Велотриал» Обязанности пешеходов и пассажиров.	Обязанности пешеходов и пассажиров. Особенности практического выполнения сложных элементов фигурного вождения велосипеда.	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
10.	Велосипедный спорт «Велотриал» Выполнение элементов фигурного велосипеда	Выполнение элементов фигурного вождения велосипеда – прохождение всех этапов фигурного вождения велосипеда.	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
11.	Велосипедный спорт «Велотриал» Выполнение элемента фигурного велосипеда	Выполнение элемента фигурного вождения велосипеда «Колейный мост», «Змейка»	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
12.	Велосипедный спорт «Велотриал» Выполнение элемента фигурного велосипеда	Выполнение элемента фигурного вождения велосипеда «Коридор из длинных досок», «Восьмерка»	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
13.	Велосипедный спорт «Велотриал» Обязанности пассажиров.	Обязанности пешеходов. Обязанности пассажиров.	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
14.	Велосипедный спорт «Велотриал» Сигналы светофора и регулировщика.	Сигналы светофора и регулировщика. Движение транспорта по проезжей части.	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,

15.	Велосипедный спорт «Велотриал» Маневрирование	Начало движения, маневрирование	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
16.	Велосипедный спорт «Велотриал» Совершенствование навыков управления велосипедом.	Совершенствование навыков управления велосипедом.	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
17.	Велосипедный спорт «Велотриал» Первая помощь	Первая помощь при ушибах, вывихах, растяжениях и разрывах связок.	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения, правила пешехода, правила езды на велосипеде,
18.	Велосипедный спорт «Велотриал» Практическое занятие	Практическое занятие по отработке способов оказания первой медицинской помощи.	Учащиеся должны уметь оказания первой медицинской помощи.
19.	Велосипедный спорт «Велотриал» Зачетное занятие	Зачетное занятие « Правила дорожного движения».	Учащиеся должны знать: правила дорожного движения,
20.	Велосипедный спорт «Велотриал» Зачетное занятие	Зачетное занятие «Фигурное вождение велосипеда».	Зачетное занятие
21.	Велосипедный спорт «Велотриал» Практическое занятие	Практическое занятие по отработке способов оказания первой медицинской помощи.	Практическое занятие

22.	Правила безопасности на занятиях баскетболом. Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	Инструктаж по технике безопасности на занятиях баскетболом. Понятия: что такое баскетбол, цель игры, правила игры. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	Осваивать технику броска и ловли мяча. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Проявлять координационные способности.
-----	---	---	--

		Игра «Бросай – поймай».	
23.	Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит.	Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей.	Осваивать технику передачи, ловли и броска мяча в щит мяча.
24.	Бросок мяча в корзину. Тестирование силовых способностей: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность.	ОРУ. Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в корзину. Тестирование: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность. Игра «Бросай – поймай».	Осваивать технику передачи, ловли и броска мяча в корзину. Демонстрировать бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность.
25.	Спортивный праздник «Страна баскетболия».	Эстафеты и спортивные конкурсы с передачей, ловлей, ведением баскетбольного мяча между командами классов.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.
26.	Развитие координационных способностей.	ОРУ в движении. Эстафеты с передачами, ловлей и ведением баскетбольного мяча.	Осваивать технику передач, ловли и ведения баскетбольного мяча. Проявлять координационные способности.
27.	Тестирование координационных способностей.	ОРУ в движении Тестирование: прыжки в сторону через линию за 20 сек. Эстафеты с передачей, ловлей и ведением баскетбольного мяча.	Осваивать технику передач, ловли и ведения баскетбольного мяча. Проявлять координационные способности. Демонстрировать прыжки в сторону через линию за 20 сек.
28	Правила безопасности на занятиях бадминтоном. Отбивание волана	Инструктаж по технике безопасности на занятиях бадминтоном.	Осваивать технические приемы и умения по взаимодействию в парах.

	ракеткой над собой и в паре.	Понятия: ракетка, волан, цель и правила игры. Отбивание волана ракеткой над собой и в паре.	
29	Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.	ОРУ в движении Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.	Осваивать технические приемы и умения по взаимодействию в парах.
30	Подача волана.	ОРУ в движении Специальные упражнения. Подача волана.	Осваивать технические приемы и умения по взаимодействию в парах и в четверке.
31	Правила безопасности на занятиях мини-футболом. Удар по неподвижному и катящему мячу.	Инструктаж по технике безопасности на занятиях мини-футболом. ОРУ в движении Понятия: цель, правила игры, площадка, состав команды в мини-футболе. Специальные упражнения в парах. Эстафеты.	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в парах и команде.
32	Остановка мяча, ведение мяча.	ОРУ в движении. Специальные упражнения в парах. Эстафеты с ведением футбольного мяча.	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в парах и команде.
33	Удары по воротам.	ОРУ в движении. Специальные упражнения в парах. Игра в мини-футбол.	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в команде.
34	Турнир по мини-футболу.	Турнир по мини-футболу среди команд классов по правилам проекта «Мини-футбол в школу»	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.
35	Пионербол	Бросок и ловля мяча в парах. Подача мяча одной рукой. Эстафета	Уметь играть в спортивные игры с мячом, знать правила игры

		по кругу. Правила игры. Игра. Развитие быстроты, ловкости, выносливости	
36	Пионербол, «Зальная лапта»	Подача мяча одной рукой. Ловля и бросок мяча. Правила игры. Игра. Развитие глазомера, быстроты	Уметь играть в спортивные игры с мячом, знать правила игры
37	Пионербол с элементами волейбола	Стойки перемещений. Передача мяча сверху двумя руками на месте, над собой. Игра. Развитие глазомера, быстроты, ловкости, выносливости	Уметь играть в спортивные игры с мячом, знать правила игры
38	Пионербол с элементами волейбола	Закрепление техники перемещений. подача мяча одной рукой снизу. Комбинированная эстафета. Игра. Развитие ловкости, выносливости, скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с мячом
39	Игра «Борьба за мяч», мини - футбол	Челночный бег 3x10. Удары по мячу и остановка мяча. Игра. Развитие ловкости, выносливости, скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять старты из разных положений, самостоятельно играть в разученные игры с мячом
40	Игра «Знамя», мини - футбол	Освоение техники ведения мяча. Стойка игрока. Игровые задания. Игра. Развитие ловкости, выносливости, скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять старты из разных положений, самостоятельно играть в разученные игры с мячом
41	Футбол	Закрепление техники владения мячом. Удары по воротам. Игра. Развитие выносливости, скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, играть в подвижные игры с бегом и метанием
42	Игра с бегом «Лапта», мини - футбол	Перемещение в стойке приставными шагами боком. Комбинированная эстафета. Игра. Развитие ловкости, выносливости, скоростно-силовых способностей	Уметь правильно распределять силы на дистанции, играть в подвижные игры с бегом и скакалкой
43	ТБ. Игры на развитие быстроты движений	Инструкция по ТБ. Бег с изменением направления	Уметь бегать с изменением направления в различном

	«Второй лишний», «Захват противника»	в различном темпе под звуковые сигналы. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей	темпе под звуковые сигналы, самостоятельно играть в разученные игры
44	Игры «Беги за мной», «Вызов»	Значение утренней гимнастики. Бег с изменением скорости. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь бегать с изменением скорости, самостоятельно играть в разученные игры
45	Игры «Бездомный заяц», «Пастух и овцы»	Правила игры и техника безопасности в играх. Значение физических упражнений для укрепления здоровья, осанки Строевые упражнения. Комплекс ОРУ. Бег из различных исходных положений с изменением скорости. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять ОРУ, строевые упражнения, самостоятельно играть в разученные игры
46	Игры «Перебежки с выручкой», «Рыбак и рыбки»	Комплекс ОРУ. Ходьба с изменением направления движения по ориентирам. Бег с препятствиями. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять ОРУ, самостоятельно играть в разученные игры
48	Игры «Переправа», «Салки с домиком»	Комплекс ОРУ. Бег по кочкам. Бег с низкого старта на 30 м. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять технику низкого старта, играть в подвижные игры
49	Игры «Казаки - разбойники», «Поезд»	Комплекс ОРУ. Бег с ускорением. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять бег с изменением направления и с ускорением, играть
50	Развитие скоростных способностей.	ОРУ в движении. Общеразвивающие упражнения. Эстафеты с бегом и	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств.

		прыжками.	Проявлять скоростные способности.
51	Развитие скоростных способностей.	ОРУ в движении. Эстафеты.	Проявлять скоростные способности.
52	Развитие выносливости.	Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Прыжки со скакалкой.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Осваивать технику прыжков со скакалкой.
53	Общеразвивающие упражнения. Игра «Зайцы в огороде».	ОРУ в движении и на месте. Подвижная игра «Зайцы в огороде».	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками.
54	Спортивный праздник «Мы сильные, мы ловкие».	Эстафеты и спортивные конкурсы между командами классов.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.
55	Развитие силовых способностей и гибкости. Лазание по гимнастической стенке.	ОРУ в движении Лазание по гимнастической стенке.	Осваивать технику лазания по гимнастической стенке. Проявлять силовые способности и гибкость.
56	Малые олимпийские игры с бегом и прыжками	ОРУ с мячом. Малые олимпийские игры с бегом и прыжками. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять ОРУ с мячом, самостоятельно играть в разученные игры
57	Игры «Эстафета с мячами», «Мяч сквозь обруч»	. Опорный прыжок через козла ноги врозь. Подвижные игры. Развитие координационных способностей	Уметь выполнять ОРУ, опорный прыжок, самостоятельно играть в разученные игры
58	Игры «Берегись!», Полоса препятствий	Комплекс ОРУ. Опорный прыжок. Подвижные игры. Развитие гибкости	Уметь выполнять ОРУ, опорный прыжок, самостоятельно играть
59	Игры «Блуждающая цель», «Снайперы»	Комплекс ОРУ. Прыжки с доставанием подвешенных предметов. Подвижные игры.	Уметь выполнять ОРУ, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее

		Развитие скоростно-силовых способностей и внимательности	препятствие, самостоятельно играть
60	Игры «Быстро и точно», «Бег с препятствиями»	Комплекс ОРУ. Прыжки по ориентирам. Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей и внимательности	Уметь выполнять общеразвивающие и строевые упражнения, играть в подвижные игры
61	Т. Б. Игры «Скакуны», «Встречная эстафета»	Инструктаж техники безопасности при проведении занятий в спортивном зале Эстафеты с прыжками. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей и внимательности	Уметь играть в подвижные игры
62	Игры «Найди свой домик», «Великаны и карлики»	Комплекс ОРУ. Прыжки в высоту с прямого разбега. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей и внимательности	Уметь выполнять прыжки в высоту с прямого разбега, играть в подвижные игры с бегом
63	Игры «Прыжки челноком», «Охотники и утки»	Комплекс ОРУ. Полоса препятствий с элементами прыжков, метания и бега. Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей и внимательности	Уметь выполнять ОРУ, прыжки на одной, двух ногах на месте, с поворотом, с продвижением, играть в подвижные игры с бегом
64	Т.Б. Игры на развитие выносливости «Чей мяч дальше?», «Уличные вышибалы»	Т.Б. на занятиях на спортивной площадке. Комплекс упражнений на осанку. Почему некоторые привычки называют вредными. Бег с изменением скорости. Подвижные игры	Уметь играть в подвижные игры с бегом
65	Эстафеты, «Рывок за мячом», «Прыжки в мешках»	Лазание по гимнастической стенке на время. Подвижные игры. Развитие выносливости, скоростно-силовых способностей	Уметь лазать по гимнастической стенке на время, играть в подвижные игры и эстафеты
66	Организация и проведение соревнований «Пап, Мама, я - спортивная семья!»	Малые олимпийские игры с бегом и прыжками. Эстафеты.	

	награждение		
67	Организация и проведение соревнований «Велотриал» Награждение	Малые олимпийские игры с бегом и прыжками. Эстафеты.	
68	Организация и проведение соревнований «Волейбол» Награждение	Малые олимпийские игры с бегом и прыжками. Эстафеты.	

Материально-техническое оснащение спортивно-оздоровительной деятельности

1. Спортивный зал
2. Стенка гимнастическая
3. Скамейка гимнастическая
4. Канат для лазания
5. Коврик гимнастический
6. Гимнастические маты
7. Мяч теннисный
8. Мяч гимнастический
9. Мяч баскетбольный
10. Волейбольные мячи
11. Мяч мини - футбольный
12. Скакалка гимнастическая
13. Палка гимнастическая
14. Сетка для игры в бадминтон
15. Устройство для установки сетки
16. Ракетки бадминтонные
17. Воланы
18. Кегли
19. Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой
20. Ворота футбольные
21. Сетка для переноса мячей
22. Аптечка медицинская
23. Секундомер
24. Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами
25. Обручи
26. Футбольные сетки
27. Фишки (конусы)
28. Набор гантелей
29. Велотренажер
30. Шведская стенка
31. Конь гимнастический
32. Мячи для тренировки равновесия с рожками
33. Велосипед двухколесный
34. Велосипед двухколесный с дополнительными колесами
35. Велотренажер
36. Фишки (конусы)

Список литературы

1. В.И. Лях. Рабочие программы Физическая культура 1-11 классы: М. «Просвещение», 2011
 2. Г.А. Воронина. Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников». Киров, КИПК и ПРО, 2007
 3. В.К. Шурухина. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980
 4. В.Г. Яковлев, В.П. Ратников. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
 5. Л.В. Былеев, Сборник подвижных игр. – М., 1990.
- . Г. Громаковский., С. Бачманов., Я.Репин и др. Правила дорожного движения 2008 . - М.: ЗАО «Новый диск», программа для ЭВМ., 2008;
- А. Шаповалов., Д. Бронякин. и др. Игра по правилам дорожного движения. - М.: ЗАО «Новый диск», программа для ЭВМ., 2006;
- В.Л. Шмундяк. Правила дорожного движения для школьников. - М.: ЗАО «Новый диск», программа для ЭВМ., 2007.

Литература для детей:

1. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей. – М., 1999.
2. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М., 1991.
3. Жуков М.Н., Подвижные игры. – М., 2000.
4. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2001.
5. Глязер С.В., Зимние игры и развлечения. – М., 1993.
6. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 1989.