

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №17
имени Героя Российской Федерации Л.Р. Квасникова

Утверждено:
решением педагогического совета
Протокол от « 31 » 08 2023г. №1
председатель педагогического совета
_____ Н.А. Жемчугова

**Дополнительная общеобразовательная
программа
внеурочной деятельности
«Спортивная карусель»**

Направление – занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов

Уровень - начальное общее образование

Возраст обучающихся- 7-8 лет

Срок реализации программы -1 год

Авторы-составители:

Кузьмина Е.Н.,

Короткова Л.А.,

Гололобова А. В.

Воспитатели группы продленного дня

Пояснительная записка

Здоровье человека — тема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Сегодня много говорят о малоподвижном образе жизни школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье, умственном, физическом и психологическом развитии. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда «дух» и «тело», находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Спортивные игры и ритмика в рамках внеурочной работы в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогают предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей. Сложные и разнообразные движения спортивной деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма и формированию здоровой осанки.

Спортивные игры вырабатывают у детей также бойцовский характер, упорство, здоровое желание быть лучше других, развивают лидерские качества. Групповые учат сплоченности, товариществу, взаимовыручке. Так как для большинства игр необходимо достаточно большое количество играющих, то игровой процесс, кроме следования правилам игры как таковой, включает в себя и постоянное общение со сверстниками, а значит, создаются благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем. Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор.

Кроме того, что игры оказывают всесторонне развивающее воздействие на организм, они еще и очень увлекательны, и разнообразны по содержанию. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов.

Рабочая программа занятий внеурочной деятельности спортивно- оздоровительной направленности «Спортивная карусель» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного общеобразовательного стандарта начального общего образования, адресована учащимся 1-4-х классов.

Цель программы - содействие всестороннему развитию личности учащихся посредством формирования у них физической культуры, слагаемыми которой являются сохранение и укрепление здоровья, пропаганды и приобщение к здоровому образу жизни, оптимальный уровень двигательных способностей. Развитие художественного вкуса и физического совершенствования.

Задачи программы:

- формирование необходимых двигательных навыков и умений, умения контролировать своё поведение;
- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию;
- развитие активности, настойчивости, решительности, творческой инициативы, общей выносливости, силы и гибкости, овладение школой движений;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время игры, стремления к совершенству;
- содействие развитию психических процессов (памяти, внимания, мышления) в ходе двигательной деятельности;
- способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических качеств. Это

способствует появлению желания общения с другими людьми, занятиям спортом, интеллектуальными видами деятельности, формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры, обучающиеся учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение алгоритма – это возможность научить обучающихся автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В занятия «Спортивная карусель» вошли спортивные игры, а также интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т. д.. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Ценностные ориентиры:

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

Повышенная двигательная активность – биологическая потребность детей, она необходима им для нормального роста и развития.

Подвижная игра – естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе. Игра – ведущая деятельность детей. По содержанию все народные игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма к более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий.

Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

Формирование универсальных учебных действий

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;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время занятий;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- 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;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- 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;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- 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;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техническом уровне, характеризовать признаки технического исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

Программа представлена тремя курсами : современные подвижные игры, старинные подвижные игры,

Место учебного предмета в учебном плане

Программа внеурочного занятия «Спортивная карусель» в 1 классах рассчитана на 1 час в неделю.

1-й год обучения 1 раз в неделю по 1 часу (33 часа в год)

Основные направления реализации программы:

- организация и проведение инструктажа по **технике безопасности** в разных ситуациях;
- организация и проведение разнообразных мероприятий по всевозможным видам спорта: бег, прыжки, спортивные игры, развивающие упражнения с разными предметами (мячи, скакалки и пр.);
- организация и проведение динамических прогулок и игр на свежем воздухе в любое время года;
- активное использование спортивной площадки
- проведение мероприятий, направленных на профилактику вредных привычек;
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация питания учащихся;
- проведение совместных мероприятий с родителями и детьми,
- организация и проведение в классе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;

Формы занятий:

Дискуссия, беседа, игры с элементами занимательности и состязательности, викторина, танцы, конкурсы, часы здоровья.

Занятия могут включать в себя дополнительные виды деятельности:

- ✓ чтение стихов, сказок, рассказов;
- ✓ постановка сценок;
- ✓ прослушивание песен и стихов.

Дети должны знать:

- о пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основные формы физических занятий и виды физических упражнений;
- о профилактике нарушения осанки, причинах возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- способы и особенности движений и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- виды правила закаливания организма; влияние закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека.

Уметь:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём здоровье;
- применять коммуникативные навыки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- отвечать за свои поступки;
- находить выход из стрессовых ситуаций.

Прогнозируемые результаты освоения курса программы

Первый уровень результатов: социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром. Проявление интереса к различным физическим упражнениям, действиям с различными физическими пособиями.

Второй уровень результатов: Осознанное отношение к собственному здоровью. Овладение доступными способами его укрепления. Формирование потребности в

ежедневной двигательной активности. Развитие координации, ловкости, быстроты, гибкости, силы, общей выносливости.

Третий уровень результатов: Повышение уровня физического, психического здоровья детей. Снижение количества дней, пропущенных одним ребенком по болезни. Увеличение доли детей, вовлеченных в профилактические мероприятия. Положительный результат темпов прироста физических качеств.

Содержание программы

1 класс

«Народные игры»(33 ч.)

1. Народные игры.

Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса. Подвижные игры. Эстафеты.

Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.

2. «Кто подходил», «Салки»

Подвижные игры. Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.

3. «Здравствуйте», «Догони меня»

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.

4. «Вызов номеров», «День и ночь»

Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.

5. «Мышеловка», «У медведя во бору»

Подвижные игры. Эстафета по кругу. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.

6. «Волк во рву», «Горелки»

Равномерный бег. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Соревнования по подвижным играм. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.

7. «Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки»

Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Комбинированная эстафета Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.

8. «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам»

Прыжки. Подвижные игры. Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие

упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.

9. «Попрыгунчики-воробышки», «Удочка», «Аисты»

Прыжки. Подвижные игры. Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната. Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие, самостоятельно играть в разученные игры.

10. «Перетягивание каната», «Не намочи ног»

Подвижные игры. Эстафета с переноской предметов Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.

11. «Береги предмет», «Кто первый через обруч к флажку?»

Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.

12. «Пролезай-убегай», «Пчёлки»

Подвижные игры. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.

13. «Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши»

Подвижные игры. Эстафеты. Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.

14. «Кто дольше не собьётся», «Удочка»

Подвижные игры. Игры по выбору. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры.

15. «Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее»

Подвижные игры. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Весёлые старты. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.

16. «Упасть не давай», «Совушка»

Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками Развитие скоростно-силовых способностей. Умение выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры.

17. Спортивные игры на лыжах и санках. Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару».

ТБ на уроках лыжной подготовки. Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры. Знание техники безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.

18. «Гонки санок», «Попади в цель»

Игры на санках, по выбору. Знание техники безопасности катания на санках, правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.

19. «Быстрые упряжки», «На санки»

Катание на лыжах. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры. Умение техники безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.

20. «Поменяй флажки», «Через препятствия»

Катание на лыжах. Самостоятельные игры. Изменение скорости передвижения скользящим шагом и попеременным двушажным ходом. Знание техники безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.

21. «Идите за мной», «Сороконожки»

Катание на лыжах. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры. Знание техники безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.

22. «Пройди и не задень», «Зима и лето»

Разгибание толчковой ноги в скользящем шаге. Попеременный двушажный ход. Подъём «лесенкой» наискось, опираясь на лыжные палки. Игры. Знание техники безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.

23. Эстафета на лыжах

Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок. Знание техники безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

24. Ходьба на лыжах парами, тройками

Эстафета на лыжах. Игры по выбору: снежки, катание на санках с горок. Знание техники безопасности катания на лыжах и санках, правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры.

25. «Гонки парами», «Будь внимателен»

Эстафета на лыжах. Игры. Знание техники безопасности катания на лыжах, правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры.

26. Подвижные и спортивные игры с мячом. «Метко в цель», «Конники – спортсмены»

Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол. Умение выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

27. «Мяч соседу», «Гуси-лебеди»

Эстафета с передачей палочки. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Эстафета с передачей 1 палочки. Самостоятельные игры. Умение выполнять

бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

28.«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде»

Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафета по кругу.

Игры по выбору: ручной мяч.

Умение выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

29. «Успей поймать», «Космонавты»

Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры. Умение выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

30.«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай»

Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. Эстафета «Паровозик». Умение выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

31. «Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «Через ручеёк»

Подвижные игры. Комбинированная эстафета. Игры по выбору Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Умение выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

32.«День и ночь», «Волк во рву»

Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Умение выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

33.«Запрещённое движение», «Ловушки с приседанием»

Весёлые старты. Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Умение выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.

Тематическое планирование

1 класс- 33ч.

№	Тема занятия	Кол. Часов	Характеристика деятельности учащихся
	Народные игры	16ч	
1	Инструкция по ТБ. Цели и задачи курса. Подвижные игры. Эстафеты.	1	Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.
2	«Кто подходил», «Салки». Подвижные игры.	1	Интересоваться культурой своего народа, бережно относиться к его традициям, обрядам, формам поведения и взаимоотношения.
3	«Здравствуйте», «Догони меня» Подвижные игры. Эстафеты.	1	
4	«Вызов номеров», «День и	1	Принимать активное участие в

	ночь».		играх, включаться в
5	Мышеловка», «У медведя во бору». Подвижные игры. Эстафета по кругу.	1	соревновательную деятельность по национальным видам спорта.
6	«Волк во рву», «Горелки».	1	Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.
7	«Наперегонки парами», «Ловишки-перебежки». Преодоление малых препятствий.	1	Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.
8	«Лягушки-цапли», «Быстрее по местам». Прыжки. Подвижные игры. Эстафета с прыжками с ноги на ногу.	1	Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.
9	«Попрыгунчики-воробышки», «Удочка», «Аисты». Прыжки. Подвижные игры.	1	Моделировать игровые ситуации.
10	«Перетягивание каната», «Не намочи ног». Подвижные игры. Эстафета с переноской предметов.	1	Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими.
11	«Береги предмет», «Кто первый через обруч к флажку?»	1	Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.
12	«Пролезай-убегай», «Пчёлки».	1	Участвовать в подвижных играх.
13	«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Подвижные игры.	1	Проявлять интерес и желание демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий.
14	«Кто дольше не собьётся», «Удочка».	1	Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр.
15	«Покати-догони», «Прыгай выше и дружнее. Подвижные игры. Весёлые старты.	1	Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности.
16	«Упасть не давай», «Совушка». Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками.	1	Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность).
	Спортивные игры с лыжами и санками	9ч.	
17	Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». ТБ на занятиях игр с лыжами санками.	1	Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.
18	«Гонки санок», «Попади в цель». Игры на санках, по выбору.	1	Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.
19	«Быстрые упряжки», «На санки». Катание на лыжах.	1	Моделировать игровые ситуации.
20	«Поменяй флажки», «Через	1	Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь

	препятствия». Катание на лыжах Самостоятельные игры.		управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.
21	«Идите за мной», «Сороконожки». Катание на лыжах.	1	Участвовать в подвижных играх.
22	«Пройди и не задень», «Зима и лето».	1	Проявлять интерес и желание демонстрировать свои физические возможности и способности, технику выполнения освоенных двигательных действий.
23	Эстафета на лыжах. Эстафета на лыжах.	1	Проявлять находчивость в решении игровых задач, возникающих в процессе подвижных игр.
24	Ходьба на лыжах парами, тройками. Эстафета на лыжах.	1	Проявлять доброжелательность, сдержанность и уважение к соперникам и игрокам своей команды в процессе игровой деятельности.
25	«Гонки парами», «Будь внимателен». Эстафета на лыжах. Игры.	1	Проявлять положительные качества личности в процессе игровой деятельности (смелость, волю, решительность, активность и инициативность).
	Подвижные и спортивные игры с мячом	8ч.	
26	«Метко в цель», «Конники – спортсмены». ловля и передача мяча в движении.	1	Демонстрировать технику ловли и передачи мяча двумя руками снизу и от груди в условиях игровой и соревновательной деятельности.
27	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки.	1	Выполнять ведение мяча с продвижением шагом вперёд.
28	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде».	1	Излагать правила игр и особенности их организации. Активно использовать подвижные игры для закрепления технических действий и приёмов игры с мячом.
29	«Успей поймать», «Космонавты».	1	Развивать мышцы рук и ног.
30	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай».	1	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.
31	«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «Через ручеёк».	1	
32	«День и ночь», «Волк во рву»..	1	
33	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Весёлые старты.	1	