

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и науки Республики Башкортостан

Администрация муниципального района Илишевский район

**МБОУ СОШ с. Старокиргизово**

Рассмотрено

Руководитель ШМО

 Муллахметова И.Ф.

Протокол №1 от «30» 08  
2024 г.

Согласовано

Заместитель директора по

УВР  Рамазанова З.Д.

Протокол №1 «30» 08 2024 г.

Утверждено

Директор школы

 Гилемова З.А.

Приказ №113 от «30» 08  
2024 г.



Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
обучающихся на уровне начального общего образования для 1-4 классов

**ОФП -Спортивные игры**

(срок реализации 4 года)

**с.Старокиргизово, 2024**

**Пояснительная записка  
к программе курса внеурочной деятельности  
«ОФП-Спортивные игры».**

**1. Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «ОФП-Спортивные игры» для обучающихся 1-4 классов составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (в ред. от 01.07.2020 г.)
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый Приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 6 октября 2009 г. № 373 (26 ноября 2010 г., 22 сентября 2011 г., 18 декабря 2012 г., 29 декабря 2014 г., 18 мая, 31 декабря 2015 г.)
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждённых постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утверждённых постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;

Рабочая программа включает в себя планируемые результаты обучения, содержание тематического планирования.

Программа курса соответствует современным принципам обучения: доступности, преемственности, индивидуальности, результативности.

Программа «Спортивные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность. Данная программа служит для организации внеурочной деятельности младших школьников.

Занятия проводятся 1 раз в неделю. 33 часа за учебный год в 1 классе, и по 34 часа со второго по четвертый класс. Продолжительность занятий: 40 минут.  
Занятия проводятся на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

### **Формы занятий:**

Ведущей формой организации обучения является **групповая**. Содержание программы ориентировано на добровольные разновозрастные группы детей.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав групп может изменяться по следующим причинам:

- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- смена личностных интересов и запросов учащихся.

**Виды деятельности:** игровая, познавательная.

### **Содержание программы. 1 класс (33 занятия)**

#### **Игры с бегом (6 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».
- Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, желуди, орехи».

#### **Игры с мячом (5 часов).**

*Теория.* История возникновения игр с мячом.

*Практические занятия:*

- Совершенствование координации движений. Передачи мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передачи мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».
- Укрепление основных мышечных групп; мышц руки и плечевого пояса. Игра «Передачи мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».
- Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

#### **Игры с прыжками (5 часов).**

*Теория.* Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».
- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».

- КомплексОРУсоскалкой«Лучики».Игра«Вышеножкиотземли».

### **Игрымалойподвижности(5часов).**

*Теория.*Правильнаяосанкаиёезначениедляздоровьяихорошейучёбы.

Упражнениядляформированияправильнойосанки,укреплениямышечногокорсета.

*Практическиезанятия:*

- Комплексспециальныхупражнений«Ровнаяспина».Игра«Красный,зелёный».Игра«Альпинисты».
- Комплексупражненийсшешочками.Игра«Разведчики».Игра«Поезд».
- Упражнениядляисправлениянарушенийосанкииплоскостопия.Игра«Летает–нелетает». Игра«Копна – тропинка– кочки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.Игра«Построениевшеренгу».Игра«Ктобыстреевстане твкруг».

### **Зимниезабавы(4часов).**

*Теория.*Закаливаниеиеговлияниена организм.Перваяпомощьприобморожении.

*Практическиезанятия:*

- Игра«Скатываниешаров».
- Игра«Гонкиснежныхкомов».
- Игра«Клубледяныхинженеров».
- Игра«Мячиз круга».
- Игра«Гонкасшайбами».
- Игра«Черепахи».

### **Эстафеты(4часов).**

*Теория.* Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детскогоотравматизма.

*Практическиезанятия:*

- Беговаяэстафеты.
- Эстафетаспредметами (мячами,обручами,скакалками)
- Эстафетынаразвитиестатистическогоидинамическогогоравновесия.

### **Народныеигры (4часов)**

*Теория.*Народныеигры–основаигровойкультуры.Рольиместоигрывжизнилюдей.

*Практическиезанятия:*

- Разучиваниенародныхигр.Игра«Чижик»
- Разучиваниенародныхигр.Игра«Золотыеворота»
- Разучиваниенародныхигр.Игра"Чехарда.

## **Содержаниепрограммы.2класс(34занятия)**

### **Игрысбегом(5часов)**

*Теория.*Правилабезопасногоповеденияприпроведении игрсбегом.Техникабегасускорением,техникаравномерногобега

*Практическиезанятия:*

- КомплексОРУнаместе.КомплексОРУсрифмованнымистрочками.Игра «Совушка».Игра«Вороныиворобы»
- КомплексОРУвдвижении.Игра«Ксвоимфлажкам».Игра«Деньиночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»Игра«Пустоеместо».
- Упражненияспредметами.Ирга«Невод».Игра«Колесо»
- КомплексОРУнаместе.Игра«Двамороза». Игра«Воробы-попрыгунчики».

### **Игрыпрыжками(5часов)**

*Теория.* Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.Профилактикадетскогоотравматизма.Развитиекоординациидвиженийпры

жкахсоскалкой

*Практическиезанятия:*

- КомплексОРУ.Игра«Салкинаоднойноге».Игра«Воробушки».
- Комплексупражненийсдлиннойскалкой.Игра«Удочка».Игра«Ктовыше»
- КомплексОРУмячами.Игра«Прыжкивприседе».Игра«Пингвинымячом».
- КомплексОРУскороткойскалкой.Игра«Поймайлягушку».Игра«Прыжкиповоротом»

### **Игрымячом(5часов)**

*Теория.*Правилабезопасногоповеденияприсиграхмячом.

*Практическиезанятия:*

- Совершенствованиекоординациидвижений.Игра«Передал–садись».Игра

«Свечи»

Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча. Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»

- Укрепление основных мышечных групп; мышц руки и плечевого пояса. Игра «Рак прыгнет назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Непусти мяч».

### **Игры малой подвижности (5 часов)**

*Теория.* Правила потехники безопасности при проведении игр малой подвижности.

*Практические занятия:*

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скалки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «Новое место».

Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

### **Зимние забавы (4 часов)**

*Теория.* Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

*Практические занятия:*

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санное поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

### **Эстафеты (5 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Способы деления на команды. Считалки

*Практические занятия:*

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак прыгнет назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «Новое место».

### **Народные игры (5 часов)**

*Теория.* История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр. Игровая терминология.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра «Дедушка-сапожник».

## **Содержание программы. 3 класс (34 занятия)**

### **Игры с бегом (5 часов)**

*Теория:* Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных. Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ для укрепления мышечного. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

### **Игры с мячом (5 часов)**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча» Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

### **Игры с прыжками (5 часов)**

*Теория.* Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- КомплексОРУ.Игра«Воробушкиикот».Игра«Дедушка–рожок».
- КомплексОРУ.Игра«Переселениягушек».Игра «Лошадки».
- КомплексОРУ.Игра«Петушиныйбой».Игра«Борьбазапрыжки».
- КомплексОРУ.Игра«Солканаоднойноге».Игра«Ктопервый?».

### **Игры малой подвижности(5 часов)**

*Теория.* Правилатехникибезопасности. Знакомствосиграминавнимательность.

*Практическиезанятия*

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение».Игра«Переменамест».
- Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.Игры«Колечко».Игра«Море волнуется».Игра«Кривой п етух»
- КомплексОРУ.Игра«Молчанка».Игра«Колечко».
- КомплексОРУ.Игра«Краски».Игра«Переменамест»

### **Зимние забавы(4 часов)**

*Теория.* Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.Загадкиипословицы озиме. Беседао закаливании.

*Практическиезанятия:*

- Игра«Строимкрепость».
- Игра«Взятие снежного городка».
- Игра«Лепим снеговика».
- Игра«Меткой стрелок».

### **Эстафеты(5 часов)**

*Теория.* Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

*Практическиезанятия:*

- Эстафеты « Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами»,«Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик вложке».
- Эстафета «Ведерко с водой»,«Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать»,«Передача мяча в колонне», «Поезд».

### **Народные игры(5 часов)**

*Теория.* Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

*Практическиезанятия:*

- Разучивание народных игр.Игра"Горелки".
- Разучивание народных игр.Игра«Гуси-лебеди»
- Разучивание народных игр.Игра«Мотальщицы»
- Разучивание народных игр.Игра"Мишени".

### **Содержание программы. 4 класс(34 занятия)**

#### **Игры с бегом(5 часов).**

*Теория.* Правила ТБ при проведении подвижных игр. Способы деления на команды. Повторение считалок.

*Практическиезанятия:*

- КомплексОРУ в движении.Игра«Бег командами».Игра«Мешочек».
- КомплексОРУ с предметами.Игра«Городок».Игра«Русская лапта
- КомплексОРУ на месте.Игра«Лиса курятнике».Игра«Ловки е ребята».
- КомплексОРУ с предметами.Игра«Пятнашки в кругу».Игра«Караси и щуки».

#### **Игры с мячом(5 часов)**

*Теория.* Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения спортивных

игр. Инструктаж по ТБ. Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах. *Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Мяч в центре». Игра «Мяч среднему».
- Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Мяч – соседу». Игра «Охотники».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Отгадай, кто бросил». Игра «Защищай ворота».
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Подвижная цель». Игра «Обгони мяч». Игра «Мяч в центре».

### **Игры прыжками (5 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Профилактика детского травматизма. Разучивание считалок.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ. Игра «Туда-обратно». Игра «Зайцы в городе».
- Комплекс ОРУ. Игра «Шишки, жёлуди, орехи». Игра «Белые медведи».
- Комплекс ОРУ. Игра «Карусели». Игра «Тропка».
- Комплекс ОРУ. Игра «Ловушка». Игра «Капканы».

### **Игра малой подвижности (5 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

#### **Зимние забавы (4 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения при контактных играх. Инструктаж по ТБ.

*Практические занятия:*

- Игра «Ракеткой по мячу».
- Игра «Пустое место».
- Игра «Кто дальше»
- Игра «Самый быстрый».

#### **Эстафеты (5 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения при проведении эстафет. Инструктаж по ТБ. Способы деления на команды. Повторение считалок.

*Практические занятия:*

- Эстафеты «Ходьба по начерченной линии», с доставанием подвижного мяча, «Кто первый?», эстафета парами.
- Эстафета с лазанием и перелезанием, линейная с прыжками, с бегом вокруг гимнастической скамейки, «веревочка под ногами».
- Эстафета с предметами (скакалки, мячи, обручи)

#### **Игра малой подвижности (5 часов).**

*Теория.* Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ. Разучивание рифм для проведения игр.

*Практические занятия:*

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Кто дальше бросит?». Игра «Что изменилось?». Игра «Найди предмет».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Слушай сигнал». Игра «Угадай, кто это?». Игра «Точный телеграф».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Невидимки». Игра «Наблюдатели». Игра «Кто точнее».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Ориентирование без карты». Игра «Садовник».

#### **Народные игры (5 часов)**

*Теория.* Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники. Классификация народных игр.

*Практические занятия:*

- Разучивание народных игр. Игра «Корову доить».
- Разучивание народных игр. Игра «Малечина-колечина».
- Разучивание народных игр. Игра «Коршун».
- Разучивание народных игр. Игра «Бабки».

## **Планируемые результаты**

### **1 класс:**

- Укрепление здоровья;
- Повышение физической подготовленности двигательного опыта.

### **2 класс:**

- Развитие физических качеств, силы, быстроты, выносливости.

### **3 класс:**

- Формирование умения проведения физкультурно – оздоровительных мероприятий.

**4класс:**

- Обучение простейшим способам измерения показателей физического состояния и развития;
- Формирование качеств личности: наблюдательность, мышление, внимание, память, воображение;
- Проведение мониторинга образовательной среды (анкетирование детей и родителей, сохранение зачётной системы оценивания знаний, проведение конкурсов, соревнований).

**Личностные результаты**

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норми ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать,

сопереживать; **Метапредметными результатами** является формирование универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

**Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

**Коммуникативные УУД:**

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться со одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера и исполнителя).

**Тематическое  
планирование 1 класс**

| №      | Тема                                                                                                                      | Количество часов       |        |          |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------|----------|
|        |                                                                                                                           | Общее кол -<br>в часов | Теория | Практика |
| 1.     | Игры бегом (общеразвивающие игры).                                                                                        | 6ч.                    | 1ч.    | 5ч.      |
| 2.     | Игры мячом.                                                                                                               | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 3.     | Игры прыжками (скакалки).                                                                                                 | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 4.     | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 5.     | Зимние забавы.                                                                                                            | 4ч.                    | 1ч.    | 3ч.      |
| 6.     | Эстафеты.                                                                                                                 | 4ч.                    | 1ч.    | 3ч.      |
| 7.     | Народные игры                                                                                                             | 4ч.                    | 1ч.    | 3ч.      |
| Итого: |                                                                                                                           | 33ч.                   | 7ч.    | 26ч.     |

**Тематическое планирование**  
**2 класс**

| №      | Тема                                                                                                                      | Количество часов       |        |          |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------|----------|
|        |                                                                                                                           | Общее кол -<br>вочасов | Теория | Практика |
| 1.     | Игры бегом (общеразвивающие игры).                                                                                        | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 2.     | Игры мячом.                                                                                                               | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 3.     | Игры прыжками (скакалки).                                                                                                 | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 4.     | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 5.     | Зимние забавы.                                                                                                            | 4ч.                    | 1ч.    | 3ч.      |
| 6.     | Эстафеты.                                                                                                                 | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 7.     | Народные игры                                                                                                             | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| Итого: |                                                                                                                           | 34ч.                   | 7ч.    | 27ч.     |

**Тематическое планирование**  
**3 класс**

| №      | Тема                                                                                                                      | Количество часов       |        |          |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------|----------|
|        |                                                                                                                           | Общее кол -<br>вочасов | Теория | Практика |
| 1.     | Игры бегом (общеразвивающие игры).                                                                                        | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 2.     | Игры мячом.                                                                                                               | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 3.     | Игры прыжками (скакалки).                                                                                                 | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 4.     | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 5.     | Зимние забавы.                                                                                                            | 4ч.                    | 1ч.    | 3ч.      |
| 6.     | Эстафеты.                                                                                                                 | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 7.     | Народные игры                                                                                                             | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| Итого: |                                                                                                                           | 34ч.                   | 7ч.    | 27ч.     |

**Тематическое планирование 4 класс**

| №      | Тема                                                                                                                      | Количество часов       |        |          |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------|----------|
|        |                                                                                                                           | Общее кол -<br>вочасов | Теория | Практика |
| 1.     | Игры бегом (общеразвивающие игры).                                                                                        | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 2.     | Игры мячом.                                                                                                               | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 3.     | Игры прыжками (скакалки).                                                                                                 | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 4.     | Игры малой подвижности (игры на развитие внимания; для подготовки к строю; с лазанием и перелазанием; правильной осанки). | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 5.     | Зимние забавы.                                                                                                            | 4ч.                    | 1ч.    | 3ч.      |
| 6.     | Эстафеты.                                                                                                                 | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| 7.     | Народные игры                                                                                                             | 5ч.                    | 1ч.    | 4ч.      |
| Итого: |                                                                                                                           | 34ч.                   | 7ч.    | 27ч.     |





