МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ АПШЕРОНСКИЙ РАЙОН, ст. НЕФТЯНАЯ

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

основная общеобразовательная школа № 9

(полное наименование образовательного учреждения)

УТВЕРЖДЕНО

Решением педагогического совета

от\_\_ 20\_\_\_\_\_\_года протокол № 1

Председатель

\_\_\_\_\_ Куценко Т.Н.

подпись руководителя ОУ Ф.И.О.

«Подвижные игры»

дополнительная общеразвивающая программа

физкультурно-спортивной направленности

для учащихся 7-10 лет

на 2022-2023 учебный год

срок реализации 1 год

Составитель:

Муратова Карина Аведисовна

учитель физической культуры

первой категория

ст. Нефтяная 2022

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Подвижные игры» Программа разработана в соответствии с положениями следующих законодательных и нормативных актов Российской Федерации: Федеральный закон № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»; Приказ Министерства образования и науки РФ № 196 от 09.11.2018 г «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Примерные требования к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844)

Направленность Программы

Направленность программы «Подвижные игры» - имеет физкультурно-спортивную направленность. Данная программа реализуется в МОУ СШ № 24 и служит для организации деятельности младших школьников в рамках дополнительного образования

Актуальность

Подвижные игры являются важнейшим средством развития физической активности младших школьников, одним из самых любимых и полезных занятий детей данного возраста. Они включают в себя разнообразные упражнения, требующие проявления внимания, сообразительности, ловкости, быстроты, силы, выносливости. Играя, дети учатся проявлять инициативу, быстро ориентироваться происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми , что является весьма актуальным на сегодняшний день. Они помогут восполнить недостаток движения, а также в конкретной обстановке и принимать оптимальное решение. При этом у них формируются такие качества как целеустремлённость, настойчивость др. В процессе игры помогают предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей во время учебы. Игры помогают бороться с монотонностью, возникающей в учебном процессе. Сложные и разнообразные движения игровой деятельности вовлекают в работу все мышечные группы, способствуя развитию опорно-двигательного аппарата, нормальному росту, укреплению различных функций и систем организма. Они включают в себя разнообразные упражнения, требующие проявления внимания, сообразительности, ловкости, быстроты, силы, выносливости. Играя, дети учатся проявлять инициативу, быстро ориентироваться в конкретной обстановке и принимать оптимальное решение. Подвижные игры развивают у учеников ловкость, внимание и воображение. При этом у них формируются такие качества, как целеустремлённость, настойчивость и др. Игры учат сплоченности, взаимовыручке. В игровую деятельность, как правило, включено большое количество играющих, что включает в себя постоянное общение со сверстниками, а значит, создает благоприятные условия для успешной социальной адаптации формирующейся личности в будущем.

Педагогическая целесообразность

Подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания, личности младшего школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. В этом возрасте они направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умения выполнять правила общественного порядка. Основная задача педагога заключается в том, чтобы научить детей играть активно и самостоятельно.

Отличительные особенности

Отличительная особенность программы в сравнении с близкими по тематике программами заключается в широком применении игровых технологий разделов программы. Комплексы предложенных общеразвивающих упражнений согласуются с базовыми видами спорта: гимнастика и легкая атлетика, основы баскетбола и волейбола

при воспитании разносторонне развитой личности. Немаловажно, что в содержании программы учтены социокультурные потребности детей, сотрудничество с родителями, контроль и самоконтроль здоровья обучающихся.

Адресат программы

Программа рассчитана на учащихся младшего школьного возраста ( 7 – 10 лет). Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Уровень программы, объем и сроки реализации

Уровень программы: ознакомительный.

Объем: 36 часа

Сроки реализации программы: 2022-2023 уч.г.

Форма обучения

Форма обучения: очная

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раза в неделю продолжительностью 40 минут. Программа и план обучения свободно варьируются в рамках возрастных категорий и физической подготовленности обучающихся. Важнейшее требование к занятиям – дифференцированный подход к занимающимся, учитывая их состояние здоровья, физическое развитие, двигательную подготовленность, а также знание навыков для самостоятельных занятий.

Особенности организации образовательного процесса

Занятия групповые, виды занятий по программе - практические занятия, соревнования и эстафеты.

Цель программы

Развитие личности ребёнка, способного к самовыражению через игровую деятельность.

Задачи программы

*Обучающие:*

1. Познакомить детей с играми народов мира, пополнить знания об истории и культуре народных игр мира.
2. Научить детей играть самостоятельно в подвижные игры с учётом техники безопасности.
3. Расширить словарный запас обучающихся.

*Развивающие:*

1. Развивать: сообразительность, речь,  воображение,  коммуникативные умения, внимание, ловкость, быстроту реакции  и так же эмоционально-чувственную сферу.
2. Развивать самостоятельность и творческую инициативность, способствовать успешной социальной адаптации, умению организовать свой игровой досуг, активно включаться в коллективную деятельность.

*Воспитательные:*

1. Воспитывать любовь к Родине, уважение к культуре других народов, ценностное отношение к народным играм как культурному наследию;
2. Воспитывать волевые качества, дисциплину, самоорганизацию, коллективизм, культуру игрового общения, честность, скромность.
3. Формировать у детей систему нравственных общечеловеческих ценностей, проявлять положительные качества личности.
4. Формировать культуру здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся

Содержание программы

*Тема 1. Вводное занятие.*

Теория: правила техники безопасности в спортивном зале. Основные требования к занятиям. Ознакомление с требованиями к спортивной форме. Название спортивного инвентаря и безопасное его использование.

*Тема 2. Игры для развития меткости при метании в цель.*

Теория: основные правила при метании. Техника метания мяча.

Практика*:* подготовительные движения: развитие подвижности плечевых суставов, укрепление мышц плечевого пояса и локтевых суставов. Принятия правильного исходного положения для метания. Упражнения для развития ловкости кисти. Игры: «Метко в цель», «Попади в обруч», "Охотники и утки".

*Тема 3.Игры для обучения и закрепления в бросании и ловли мяча.*

Теория:правила техники безопасности при выполнении бросков и ловли мяча. Основные правила при бросках и ловли мяча. Название игр с мячом. Иметь представление об играх с мячом.

Практика*:* ловля и передача мяча. Передачи мяча в парах. Ведение мяча. Упражнение с мячами. «Школа мяча.» ,"Мяч соседу", эстафеты с мячом.

*Тема 4. Игры для закрепления техники прыжков.*

Теория: правила при выполнении прыжков. Правила техники безопасности при выполнении прыжков. Виды спорта.

Практика:подготовительные упражнения для развития мышц разгибателей стопы. Маховые движения. Различные прыжки на дух и одной ноге на месте и с продвижением вперед. Техника подпрыгиваний. Упражнения с скакалками. Игры: «Прыгающие воробушки», «Удочка», эстафеты.

*Тема 5.Игры для развития быстроты и координации движений.*

Теория: правила техники безопасности при беге. Техника бега. Основные правила при беге.

Практика:бег трусцой. Бег с последующим ускорением. Бег с высоким подниманием бедра. Бег с высокого старта. Игры: «К своим флажкам», «Пустое место», «Воробьи, вороны». "Вызов номеров"

*Тема 6. Игры для совершенствования правильной осанки и навыков равновесия.*

Теория: что такое осанка. Какое влияние оказывает осанка на организм человека. Значение утренней гимнастики.

Практика: упражнения в равновесии. Упражнения по скамейкам. Упражнения с гимнастическими палками. Танцевальные движения. Шаги аэробики. Игры: «Ходьба по начерченной линии». « Кто лучше!»

*Тема 7. Игры для закрепления навыков лазанья и перелезания.*

Теория: техника безопасности при выполнении упражнений. Спортивная, художественная гимнастика.

Практика:упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке. Эстафеты с лазанием и подлезанием.

*Тема 8. Игры для развития умения выполнять подражательные движения.*

Теория: олимпийские игры. История возникновения. Зимние и летние виды спорта.

Практика:развитие творческих способностей. Развитие умений изображать различные предметы. «Море волнуется раз…», «Совушка» , "Изобрази зимние виды спорта".

*Тема 9. Интеллектуальная игра «Шахматы»*

Теория: Правила игры в шахматы.

Практика:развитие навыков игры в шахматы

*Тема 10. Игры для совершенствования физических качеств.*

Теория: правила безопасности при выполнении упражнений.

Практика: развитие физических качеств. Проведение полосы препятствий.

*Тема 11. Итоговое занятие.*

Теория: подведение итогов года.

Планируемые результаты.

Личностные результаты

• 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**.**

Метапредметные результаты

• 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 активного отдыха и занятий физической культурой;

• 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 эталонами образца;

• 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.

• представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

• 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 игры с разной целевой направленностью

• взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

• находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

• применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**В результате обучения учащиеся должны знать:**

1. о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
2. о режиме дня и личной гигиене;
3. об истории и культуре подвижных игр;
4. о соблюдении правил игры.

**Уметь:**

1. выполнять комплексы упражнений;

2. самостоятельно проводить разминку;

3. организованно играть в подвижные игры.

**Учебный план.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название темы, раздел | Кол- во часов | | практика | Формы аттестации,  контроля |
| всего | теория |
| 1. | Вводное занятие. | 1 | 1 | 0 | опрос |
| 2. | Игры для развития меткости при  метании в цель | 3 | 0 | 3 | Опрос, соревнование, |
| эстафета |
| 3. | Игры для обучения и закрепления  бросании и ловли мяча | 5 | 1 | 4 | Опрос, соревнование  эстафета |
| 4. | Игры для закрепления техники прыжков | 3 | 1 | 2 | Опрос, соревнование  эстафета |
| 5. | Игры для развития быстроты и  координации движений | 5 | 1 | 4 | Опрос, соревнование  эстафета |
| 6. | Игры для совершенствования правильной осанки и навыков равновесия  (сохранения устойчивости) | 3 | 0 | 3 | Опрос, соревнование  эстафета |
| 7. | Игры для закрепления  навыков лазания, перелезание | 3 | 1 | 2 | Опрос, соревнование  эстафета |
| 8. | Игры для развития умений  выполнять подражательные  движения | 2 | 1 | 1 | Опрос, соревнование  Эстафета |
| 9. | Интеллектуальная игра «Шахматы» | 4 | 0 | 4 | Опрос, соревнование  эстафета |
| 10. | Игры для совершенствования  физических качеств | 6 | 1 | 5 | Опрос, соревнование  эстафета |
| 11. | Итоговое занятия | 1 | 1 | 0 | Опрос |
|  | Всего: | 36 | 8 | 28 |  |

Условия реализации программы

*Материально-техническое обеспечение:*

* спортивный зал для занятий ;
* спортивный инвентарь (мячи , стойки, маты, скакалки, гимнастические скамейки);
* обучающимся на занятиях необходимо находиться в спортивной форме и обуви.

*Информационное обеспечение:*

* использование интернет ресурса;
* работа с сайтом образовательной организации .

*Кадровое обеспечение*

Программа рассчитана на преподавателя, владеющего знаниями по педагогике, психологии и методикой проведения занятий по подвижным играм.

Формы аттестации

Формы аттестации: опрос, соревнования, эстафеты.

Оценочные материалы

Диагностика обучающихся осуществляется в конце 1 полугодия и 2 полугодия по двум показателям:

*Теоретическая подготовка* (знания игр по темам программы):

1. *Устный опрос* проводится с целью выявления предметных знаний о играх в начале учебного года , а также в течении года по темам программы.
2. *Тестирование* проводится в конце учебного года с целью подведения итогов по предметным знаниям программы.

• Низкий уровень (1балл)- ребёнок не справляется с тестированием т.е правильных ответов не более чем 1-2 вопросов теста, его объём знаний по программе менее чем ½.

• Средний уровень (2балла)- ребёнок ответил на 3-4 вопроса, его объём знаний по программе составляет более ½ .

• Высокий уровень(3балла)- ребёнок справился с тестом, ответил на 5-6 вопросов значит освоен практически весь объём знаний по программе.

*Практическая подготовка*

1. *Наблюдение* осуществляется в течении всего года с целью выявления личностных, метапредметных качеств каждого ребёнка.
2. *Самостоятельное проведение игр* проводиться в конце 1 полугодия как итоговое занятие по пройденным темам программы с целью выявления личностных и метапредметных качеств каждого ребёнка.
3. *Праздник* – проводиться в конце учебного года с целью подведения итогов по пройденному курсу программы.

• Низкий уровень (1балл)- ребёнок не может самостоятельно провести игру т.к. не может объяснит содержание и правила игры или отказывается проводить игру

• Средний уровень (2балла)- ребёнок проводит самостоятельно игру , используя алгоритм проведения игр и помощь педагога, т.к затрудняется в объяснениях содержания и правил игры

• Высокий уровень (3балла)- ребёнок без замечания, без помощи педагога самостоятельно проводит игру, используя алгоритм проведения игр, считалки, вовлекая всех ребят в игру

**Методические материалы**

*Форма организации* детей на занятии: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгруппах. Работа по программе предполагает проведение подвижных игр, эстафет и состязаний на площадках и в спортивном зале.

*Форма проведения* занятий: практическое, комбинированное, соревновательное.

Ведущими *методами* обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

* словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.
* наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;
* практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный. Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами - в целом и по частям
* игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

**Список литературы**

1. В.И. Лях "Физическая культура". Издательство "Учитель" 2016.

2 .С.Л. Садыкова, Е.И. Лебедева "Подвижные игры на уроках и во внеурочное время". Издательство «Учитель" 2008.

3. П. А. Киселев »Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время». Планета. 2015.

4. Н. А. Федорова Подвижные игры. Экзамен. 2016.

5. А. Ю. Патрикеев Подвижные игры. Феникс. 2015.

**Поурочное -тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Содержание | Дата |
| 1 | Инструкция по ТБ. Введение | Цели и задачи курса. Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры. |  |
| 2 | «Салки»  Эстафеты. | Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры. |  |
| 3 | «Догони меня»  Подвижные игры. Эстафеты | Эстафеты. Развитие скоростно­силовых способностей.  Самостоятельные игры: прыжки через скакалку, «классики». Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры |  |
| 4 | «Вызов номеров» | Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.  Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры. |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 5 | «День и ночь»  Подвижные игры. Эстафета по кругу. | Самостоятельные игры Развитие скоростно-силовых способностей. Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры |  |
| 6 | «Волк во рву»  Равномерный бег. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно- силовых способностей | Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры |  |
| 7 | «Горелки»  Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Комбинированная эстафета | Развитие скоростно-силовых способностей.  Уметь 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.  Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 9 | «Удочка», «Аисты» | Прыжки. Подвижные игры. Эстафета с прыжками через движущее препятствие.  Развитие скоростно-силовых способностей.  Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на одной ноге, с прыжками через движущее препятствие, самостоятельно играть в разученные игры |  |
| 10 | «Не намочи ног».  Подвижные игры. Эстафета с переноской предметов | Развитие скоростно-силовых способностей  Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры. |  |
| 11 | «Охотники и утки»  Подвижные игры. Эстафеты. | Развитие скоростно-силовых способностей  Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры |  |
| 12 | «Пчёлки». Подвижные игры. | Развитие скоростно-силовых способностей  Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры. |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 13 | «Пятнашки», «Кот и мыши».  Подвижные игры. Эстафеты. | Игры по выбору. Развитие  скоростно-силовых  способностей  Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры |  |
| 14 | «Вышибалы».  Подвижные игры. Игры по  выбору. Эстафеты. | Развитие скоростно-силовых способностей  Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками через скакалку, самостоятельно играть в разученные игры. |  |
| 15 | «Пустое место»  Подвижные игры. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. | Ловля и передача мяча в движении.  Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры |  |
| 16 | «Совушка»  Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками Развитие скоростно-силовых способностей | Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками Развитие скоростно-силовых способностей  Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, самостоятельно играть в разученные игры |  |
| 17 | «Подвижная цель» Эстафета с мячами, скакалками | Эстафета с мячами, скакалками Развитие скоростно-силовых способностей  Знать правила поведения во время игр, самостоятельно играть в разученные игры. |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 18 | «Попади в цель».  Игры на улице, по выбору | Игры на улице, по выбору  Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игр |  |
| 19 | «Два мороза» | Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры  Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. |  |
| 20 | «Белые медведи» | Самостоятельные игры.  Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. |  |
| 21 | «Охотники и утки» | Развитие скоростно-силовых способностей.  Знать правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. |  |
| 22 | «Казаки разбойники» | Развитие скоростно-силовых способностей.  Знать правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 23 | «Рыбаки и рыбки»  Самостоятельные  игры. | Самостоятельные игры.  Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. |  |
| 24 | «Бросай - беги » | Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.  Знать правила поведения при играх, самостоятельно играть в разученные игры. |  |
| 25 | «Сокол и мыши»  Самостоятельные  игры. | Знать правила поведения при играх, уметь выполнять эстафету, самостоятельно играть в разученные игры. |  |
| 26 | «Быстрая передача».  Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафета прыжками.  Самостоятельные игры.  Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом. | |  |
|  | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 27 | «Мяч среднему», «Мяч соседу» | 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 1палочки. Самостоятельные игры  Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол |  |
| 28 | «Зайцы в огороде». | Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель. Эстафета по кругу.  Игры по выбору: ручной мяч. |  |
| 29 | «Подвижная цель». | Развитие глазомера, выносливости, скоростно­силовых способностей. Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.  Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом |  |
| 30 | «Зайцы, сторож и Жучка» | Развитие глазомера, выносливости, скоростно­силовых способностей. Подвижные игры. Эстафета «Паровозик».  Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом |  |
| 31 | Правила игры в шахматы. | Теоретическое занятие |  |
|  |  |  |  |
| 32 | Шахматные игры | Практическое занятие |  |
| 33 | Шахматные игры | Практическое занятие |  |
| 34 | Шахматные игры | Практическое занятие |  |
| 35,36 | Веселые старты |  |  |