

Муниципальное общеобразовательное учреждение-
Основная общеобразовательная школа села Брякустичи
Унечского района Брянской области

«Согласовано»

ЗД по УВР МОУ ООШ

с. Брякустичи

 /Л. М. Архицкая/

от «30» августа 2021 год.

«Утверждено»

Директор МОУ ООШ

с. Брякустичи

 /Р. Н. Щигарцов/

приказ № 162

от «01» сентября 2021 год.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

кружка «Подвижные игры»

Базовый уровень

1-4 класс

Составил:

Коварда Андрей Петрович

учитель физической культуры

первой квалификационной категории

Рассмотрено на заседании

педагогического совета

протокол № 1 от «31» августа 2021 год.

2021 - 2025 учебный год

Пояснительная записка.

Рабочая программа кружка «Подвижные игры» для учащихся 1-4 классов составлена на основе:

- требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;
- Физическая культура 1-4 классы; Примерные рабочие программы; предметная линия учебников В.И. Ляха 1-4 классы, Москва, Просвещение, 2021 год (электронный вариант).
- учебного плана МОУ ООШ с. Брянкустичи, в части касающейся внеклассной и внеурочной деятельности образовательного учреждения.

Рабочая программа рассчитана на 4 года обучения. Курс включает одно занятие в неделю, 1 класс -34 часа (всвязи с дополнительными каникулами), 2-4 классы-35 часов за учебный год. **Отличительной чертой реализации данной программы является малая накопляемость классов, отсутствие спортивного зала или приспособленного помещения для занятий, поэтому календарно-тематическое планирование составлено общее. В случае изменений погодных условий занятия проводятся в помещении.**

Главной целью является укрепление здоровья детей, гармоничного развития, физического и творческого начала.

Достоинство программы заключается в том, что она способствует физическому оздоровлению детей, доступна для детей из семей со средним достатком, альтернатива безнадзорности и вредным привычкам; формирует у школьников чувство ответственности, взаимной поддержки и взаимопомощи, помогает формированию дружного коллектива обучающихся.

Подвижная игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики.

Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

По содержанию все народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям

Общая характеристика кружка:

В настоящее время выдвинута важная задача – разработка проблем формирования нового человека. Одним из аспектов этой важной проблемы – воспитание всесторонне и гармонически развитого человека, является раскрытие закономерностей растущего, развивающегося организма ребёнка. Успешное решение этой задачи во многом зависит от правильной постановки физического воспитания, начиная с самого раннего возраста.

Совершенствование системы физического воспитания детей школьного возраста в настоящее время должно осуществляться за счет улучшения взаимосвязи ее основных звеньев и, прежде всего, ее ключевой формы – урока физической культуры и внеурочной работой. Необходимо усилить акцент на воспитание положительных мотивов, интересов, привычки и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми больше внимания уделять обучению школьников умениям самостоятельно заниматься и играть в игры, воспитанию убеждения в значимости занятий физкультурой. Содержание внеурочной деятельности секции «Спортивные игры» строить так, чтобы удовлетворять наиболее актуальные потребности обучающихся в активной деятельности, познании, общении, утверждении собственной личности.

Место кружка в учебном плане:

Спортивная секция «Подвижные игры» входит в состав плана внеурочной деятельности учебного плана МОУ ООШ с. Брянкустичи 1-4 классов, реализующих ФГОС.

Цель программы: создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами подвижных игр через включение их в совместную деятельность.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- активизировать двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.
- В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 1-4 классов должны:
 - иметь представление:**
 - о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
 - о режиме дня и личной гигиене;
 - о способах изменения направления и скорости движения;
 - об играх разных народов;
 - о соблюдении правил игры
 - уметь:**
 - выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
 - играть в подвижные игры;
 - выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
 - выполнять строевые упражнения;
 - соблюдать правила игры.

Результаты изучения учебного предмета во внеурочной деятельности кружка «Подвижные игры»

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных игровых ситуациях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорности в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Предметные результаты:

- знать правила поведения и профилактики травматизма на занятиях спортом, соблюдать личную гигиену, планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием подвижных игр;
- соотносить результаты выполнения двигательных действий с эталоном – рисунком, образцом, правилом;
- устанавливать различия в физической нагрузке по частоте сердечных сокращений (пульсу) при выборе игры и регулировать напряженность физической нагрузки;
- выполнять задания в игре для определения уровня развития физических качеств – силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий игры, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно относиться к инвентарю и оборудованию, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении игровых заданий, отборов способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми
- организация самостоятельной игровой деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- анализ и объективная оценка результатов самостоятельной игры, поиск возможностей и способов ее улучшения;
- технически правильное выполнение двигательных действий, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Оздоровительное значение подвижных игр.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела, игры.

Группировка подвижных игр.

- С элементами общеразвивающих упражнений.
- С бегом на ловкость.
- С бегом на скорость.
- С прыжками на месте и с места.
- С прыжками в высоту.
- С прыжками в длину с разбега.
- С метанием на дальность.
- С лазанием и перелазанием.
- Игры подготовительные к пионерболу.

- Игры на местности.

Группировка игр по преимущественному проявлению у обучающихся физических качеств.

Игры, в которых преимущественно проявляются	Характеристика игровых действий	Игры
Ловкость	Игры, побуждающие немедленно переходить от одних действий к другим; не задерживаясь, сочетать свои действия с действиями других занимающихся (по внезапным заданиям, сигналам). Игры, требующие умения сосредоточить внимание одновременно на нескольких действиях (бег, прыжки, игры с увертыванием)	“Салки” “Ловкая подача” “Ловкие и меткие”
Быстрота	Игры, требующие своевременных двигательных ответов на зрительные, тактильные, звуковые сигналы, игры, с короткими перебежками типа догоняй-убегай. Игры с преодолением расстояний в кратчайший срок. Игры с бегом на скорость в изменяющихся условиях.	“Воробьи-вороны” “День и ночь” Эстафеты с разными предметами.
Сила	Игры с кратковременными мышечными напряжениями динамического и статического характера	“Сильный бросок” “Бой петухов” “Перетягивание через черту”
Выносливость	Игры с неоднократными повторениями активных, энергично выполняемых действий, связанных с непрерывными интенсивными движениями, чередуются с короткими паузами для отдыха, переходами от одних видов движений к другим	“Бег командами” “Не давай мяча водящему” “Перетягивание каната”

Содержание курса кружка «Подвижные игры» 1 года обучения.

1. Вводное занятие:

Основы знаний. Формирование группы, основы правил техники безопасности. Знания об основных правилах подвижных игр, навыки владения мячом.

2. Игры малой интенсивности:

Теория: экскурсия в историю игр. Знания об основных правилах подвижных игр, способа выбора водящих, начальные навыки владения мячом.

Практика: Игры малой интенсивности «Море волнуется раз», «Кто дальше бросит», «Лягушки на болоте»

3. Эстафеты с бегом, прыжками, передачей мяча и других предметов:

Теория: что такое эстафета, основные правила проведения эстафет, судейство эстафет (слайд-шоу).

Практика: начальные навыки владения мячом, передачи и ловля. Начальные навыки прыжков с ноги на ногу, на двух ногах, на одной ноге, через вращающуюся скакалку. Умение ориентироваться в игровом пространстве. Эстафеты с большим и малым мячом, эстафеты с различными предметами, эстафеты парами.

4. Игры без разделения на команды:

Теория: команда, цели, задачи команды, правило успеха, единый дух команды, командные виды спорта.

Практика: игры без разделения на команды: «Жмурки», «Мяч по кругу», «Чай-чай», «Угадай и догони», «Гимнастическая стенка».

5. Силовые игры:

Теория: История развития силовых игр, силовых видов спорта (слайд-шоу)

Практика: Силовые игры: «Удержи круг», «Тесный круг», «Перетягивание палки», «На прорыв», «Бой петухов», «Похитители огня», эстафеты с бегом и прыжками, эстафеты с ведением мяча.

6. Игры разных народов:

Теория: знакомство с историей появления игр, их названий, правила ведения игры.

Практика: «Хлопки в ладоши» (Якутия), «Один в круге» (Венгрия), «Охотничий мяч» (Франция), «Вытолкни из круга» (Якутия), «Неразбериха», (Куба), «Лес, болото, озеро» (Белоруссия), «Галки» (Молдавия), «Хромая уточка» (Украина), «Огонь - вода» (Украина), «Чухур» (Якутия).

7. Командные игры и соревнования:

Теория: привитие чувства командного духа, участие в соревнованиях

Практика: «Успей взять кеглю», «Сбей мяч», «Бег за флажками», «Перетягивание по кругу», «Мяч среднему».

8. Спортивные игры по упрощенным правилам:

Теория: скоростно-силовые качества, ловкость, разучивание элементарных считалок, зачинов и пр.

Практика: пионербол, мини-футбол

9. Спортивные игры с соблюдением всех правил

Теория: Спортивные игры. История спортивных игр. Последние достижения на олимпиадах. Просмотр кинофильма по истории спортивных игр. Основы судейства.

Практика: правила ведения игр, основные приемы, тактика ведения, совершенствование техники ведения и координации. Пионербол, мини-футбол.

Каждое занятие начинается с разминки в вид игры типа: «Запрещенное движение», «Угадай капитана». «Затейник», «Если весело живется», «Почта».

10. Итоговое занятие

Подведение итогов, просмотр фотографий, слайд –шоу, заключительная игра.

По мере обучения различным играм возможно проведение соревнований, матчей.

Планируемые результаты

- Укрепление здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр.
- Развитие умений работать в коллективе.
- Формирование у детей уверенности в своих силах.
- Умение применять игры самостоятельно.

Содержание курса кружка «Подвижные игры» 2 года обучения.

1. Игры с бегом:

Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»

Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».

Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров» Игра «Пустое место». Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»:

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».

Комплекс ОРУ в движении. Игра «Челнок». Игра «Карусель»

2. Игры с прыжками:

Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками. Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».

Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»

Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».

Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

3. Игры с мячом:

Правила безопасного поведения при с играх мячом.

Совершенствование координации движений. 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 рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».

Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре. Броски и ловля мяча Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

4. Игры малой подвижности:

Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».

Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».

5. Зимние забавы:

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

Игра «Лепим снежную бабу».

Игра «Лепим сказочных героев».

Игра «Санные поезда».

Игра «На одной лыже».

Игра «Езда на перекладных»

6. Эстафеты:

Правила безопасного поведения при проведении эстафет

Способы деления на команды. Считалки Веселые старты Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».

Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».

Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».

Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

7. Народные игры:

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

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

Содержание курса кружка «Подвижные игры» 3 года обучения.

1. Игры с бегом:

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

Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».

Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»

Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»

Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Платок». Игра «Палочки – выручалочки».

Комплекс ОРУ для укрепления мышц рук и плечевого пояса. Игра «Кошка и мышка в лабиринте». Игра «Дай руку»

2. Игры с мячом:

Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

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»

3. Игры с прыжками:

Правила техники безопасности при игре с прыжками. Для чего человеку важно уметь прыгать. Виды прыжков. Разучивание считалок.

Комплекс ОРУ. Игра « Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».

Комплекс ОРУ. Игра « Переселение лягушек». Игра «Лошадки».

Комплекс ОРУ. Игра « Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».

Комплекс ОРУ. Игра « Стилка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

4. Игры малой подвижности:

Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».

Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»

5. Зимние забавы:

Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Игра «Строим крепость».

Игра «Взятие снежного городка».

Игра «Лепим снеговика».

Игра «Меткой стрелок».

6. Эстафеты:

Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».

Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».

Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

7. Народные игры:

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

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

Содержание курса кружка «Подвижные игры» 4 года обучения.

I. Игры с бегом:

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

Комплекс ОРУ в движении. Игра «Бег командами». Игра «Мешочек».
Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Городок». Игра «Русская лапта»
Комплекс ОРУ на месте. Игра «Лиса в курятнике». Игра «Ловкие ребята».
Комплекс ОРУ с предметами . Игра «Пятнашки в кругу».Игра «Караси и щуки».
Комплекс ОРУ на месте. Игра «Воробушки и кот». Игра «Игра «Без пары».

2. Игры с мячом:

Правила безопасного поведения с мячом в местах проведения подвижных игр. Инструктаж по ТБ.Способы передачи мяча; переброска мячей друг другу в шеренгах.

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».

3. Игры с прыжками:

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

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

4. Игра малой подвижности:

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

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

5. Зимние забавы:

Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках.

Инструктаж по ТБ. Повторение попеременного двухшажного хода, поворота в движении и торможение.

Игра «Снежком по мячу».
Игра «Пустое место».
Игра «Кто дальше» (на лыжах).
Игра «Быстрый лыжник».

6. Эстафеты:

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

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)

7. Народные игры:

Традиционные народные праздники. Календарные народные праздники.

Классификация народных игр.

Разучивание народных игр. Игра "Корову доить"

Разучивание народных игр. Игра "Коршун"

Разучивание народных игр. Игра "Бабки"

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения внеклассной деятельности:

- Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/ В.И. Лях.- 12-е изд., дораб.- М.: Просвещение, 2011;
- Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича/ авт.-сост. А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова.- Изд. 2-е.- Волгоград: Учитель, 2012;
- Справочник учителя физической культуры/ авт.-сост. П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011;
- Методическое пособие «Тридцать уроков здоровья для первоклассников», Москва, Творческий центр, 2003 г.;
- Пособие для учителя «Игра, спорт, диалог в физической культуре начальной школы», Москва «Школьная пресса, 2002 г.;
- Методическое пособие «Организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе» авт. Г.И. Погадаев, Б.И. Мишин, Москва, Дрофа, 2005 г.;
- Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе, авт.-сост. О.В. Белоножкина и др.- Волгоград: Учитель, 2006 г.
- Турники разновысокие;
- Гимнастическая стенка;
- Канат для лазания;
- Гимнастические маты;
- Футбольное поле (сетка для ворот);
- Волейбольная площадка (сетка волейбольная);
- Теннисные мячи для метания;
- Мячи (футбольные, баскетбольные, волейбольные);
- Скакалки гимнастические;
- Палки гимнастические;
- Лыжи, лыжные палки, лыжные ботинки;
- Бадминтон.

Календарно-тематическое планирование кружка «Подвижные игры» 1-4 класс.

№ п/п	Тема занятия.	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	Факт
1.	Инструктаж по ТБ на занятиях подвижных игр. Подвижная игра «Класс, смирно!»	1		
2.	Подвижная игра «Салки» /различные варианты/.	1		
3.	Соревнования по «Пионерболу».	1		
4.	Эстафеты с разными предметами.	1		
5.	Экскурсия в сад.	1		
6.	Весёлые старты.	1		
7.	Подвижная игра «Воробьи-вороны».	1		
8.	Подвижная игра «Муравейник».	1		
9.	Соревнования в беге 1500 м.	1		
10.	Подвижная игра «Воробьи-вороны».	1		
11.	Подвижная игра «Белые медведи».	1		
12.	Инструктаж по ТБ на занятиях лыжной подготовкой. Строевые упражнения с лыжами.	1		
13.	Техника ступающего шага и одноопорное скольжение.	1		
14.	Техника подъёма «лесенкой».	1		
15.	Соревнования в беге 1000 м.	1		
16.	Подвижные игры на лыжах.	1		
17.	Значение занятий ФК и спортом на свежем воздухе. Прохождение дистанции 2000 м.	1		
18.	Подвижные игры на лыжах.	1		
19.	Техника подъёма «лесенкой».	1		
20.	Спуски в низкой стойке.	1		
21.	Экскурсия на лыжах.	1		
22.	Техника поворота переступанием.	1		
23.	Подвижная игра «Салки» /различные варианты/.	1		
24.	Эстафеты с разными предметами.	1		
25.	Подвижная игра «День и ночь».	1		
26.	Метание мячей по цели.	1		
27.	Подвижная игра «Муравейник».	1		
28.	Подвижная игра «У медведя во бору».	1		
29.	Соревнования по «Пионерболу».	1		
30.	Экскурсия в сад.	1		
31.	Весёлые старты.	1		
32.	Подготовка к весенней спартакиаде.	1		

33.	Эстафеты с разными предметами.	1		
34.	Весенняя спартакиада.	1		
35.	Подготовка к Дню защиты детей.	1		
	Итого: 35 часов в год.	35		