

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ардатовская средняя школа №1»**

Утверждена
Приказом МБОУАСШ №1
от 4.09.2023 №309/1

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

«Народные игры»

Возраст учащихся: 7 - 8 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Денисов Евгений Сергеевич, учитель физической культуры

Ардатов 2023

Оглавление.

Раздел №1 « Комплекс основных характеристик программы»

1. Пояснительная записка-3стр.
2. Цель и задачи программы-6стр.
3. Содержание программы - 8стр.
4. Планируемый результат – 9 стр.

Раздел №2 Комплекс организационно- педагогических характеристик».

5. Календарный учебный план-12 стр.
6. Условия реализации программы-12стр.
7. Формы аттестации-15стр.
8. Оценочные материалы- 15стр.
9. Методические материалы-17стр.
10. Список литературы-21стр.
11. Календарный учебный график- 22стр.

Пояснительная записка

Программа кружка рассчитана на детей 7-8 лет. Срок реализации 1 год с часовой недельной нагрузкой.

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

Народные 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.

Народные 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 спортивные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Направленность дополнительной программы Физкультурно-спортивная.

Новизна программы

Программа полностью построена на играх, с учетом изучаемых лексических тем и возрастных особенностей детей, включающих самые разнообразные двигательные действия, создающих целостную систему обучения, доступных

для взрослых и детей. Данные игры способствуют обогащению двигательного опыта детей, совершенствованию навыков основных видов движений на основе их высокой степени повторяемости в различных играх, воспитанию морально-волевых качеств личности, а также активизируют мыслительную деятельность ребенка: тренируют внимание, уточняют имеющиеся представления, понятия, развивают воображение, память, сообразительность.

Актуальность программы: давно забытые русские народные игры, а они являются неотъемлемой частью патриотического воспитания детей. В русских народных играх сохранились особенные черты русского характера. Знакомя детей с русскими народными играми, мы через игровой фольклор расширяем и закрепляем знания детей о русском народном творчестве. Развиваем в них духовный творческий патриотизм, интерес к истокам русского народного творчества. Сохранение и возрождение национальной культуры является одной из первостепенных задач. Чтобы у ребенка сформировалось чувство любви к Родине, необходимо воспитывать у него эмоционально положительное отношение к тем местам, где он родился и живет, развивать умение видеть и понимать их красоту, желание узнавать о них больше, формировать стремление оказывать посильную помощь людям, которые его окружают, воспитывать в детях толерантность. Поэтому надо помнить, что народные игры как жанр устного народного творчества являются национальным богатством, и мы должны сделать их достоянием наших детей. Игра – это школа воспитания. В ней свои «учебные предметы». Одни из них развивают у детей ловкость, меткость, быстроту и силу; другие учат премудростям жизни, добру и справедливости, чести и порядочности, любви и долгу.

Игра формирует высокую нравственность. Так у меня возникла необходимость в создании кружка «Русских народных подвижных игр».

Педагогическая целесообразность

В педагогической науке подвижные игры рассматриваются как важнейшее средство всестороннего развития ребенка. Подвижную игру можно назвать важнейшим воспитательным институтом, способствующим развитию физических и умственных норм, правил поведения, этических ценностей общества, а национальные подвижные игры прививают ребенку культурное наследие его окружающего общества и подготавливают к выходу в большой мир. В игре формируются честность, дисциплинированность, чувство справедливости. Подвижная игра учит искренности, товариществу. В коллективных играх выявляются дети-организаторы, дети-вожаки, умеющие упорно стремиться к цели, увлекать за собой других. Умелое, вдумчивое руководство игрой со стороны педагога способствует воспитанию активной творческой личности, формируют в детях характер, волю, воспитывают патриотические, интернациональные чувства. Большое значение имеют подвижные игры и для нравственного воспитания. Дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. В играх совершенствуется эстетическое восприятие мира. Дети познают красоту движений, их образность, у них развивается чувство ритма.

Цель программы: создание условий для развития интереса к занятиям спортом через включение детей в игровую деятельность.

Задачи:

- способствовать расширению кругозора учащихся;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать познавательный интерес, воображение, память, мышление, речь;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность; □ активизировать двигательную деятельность детей.

Универсальные учебные действия.

- **Универсальными компетенциями** учащихся по курсу «Народные игры» являются:
- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.
- **Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса 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 по курсу «Народные игры» 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 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 эталонными образцами;
- 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.
- **Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу «Народные игры» являются следующие умения:

- 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;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- 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.

Содержание программы.

В первую группу игр входят русские народные игры, отражающие отношение человека к природе. При использовании игр этой группы у ребенка формируется бережное отношение к родной природе.

Во вторую группу - игры, отражающие быт русского народа. Дети, знакомясь с этой группой игр, узнают образ жизни их предков, какую работу они выполняли в быту.

В третью группу входят русские народные игры, отражающие жизнь русских детей. Школьники знакомятся с играми и развлечениями русских детей, живших в древности.

В четвертую группу -отражающие русские народные состязания. При использовании этой группы игр формируется чувство патриотизма и гордости за родное Отечество. Дети знакомятся с наиболее значимыми победами русского народа, с именами русских богатырей, с системой их подготовки, сами получают возможность посостязаться, помериться силами.

Все игры структурированы по мере двигательной активности.

В первый структурный элемент игр включены игры, согласно интенсивности движений: малой, средней, высокой интенсивности;

Ко второму структурному элементу относятся русские народные игры с бегом, прыжками, метаниями, ходьбой, плаванием и другими видами движений;

В третьем структурном элементе обобщены игры по степени их сложности, и делятся на простые, переходные, командные. Так, простые это игры, в которых каждый участник, соблюдая правила, борется за одного себя. Вся игровая деятельность в них направлена на личное совершенствование, на достижение личного превосходства над другими в ловкости, меткости, силе и других качествах. В играх главное значение приобретает личная инициатива и умение использовать свои личные качества, двигательные возможности.

В переходных играх играющие отстаивают свой интерес в первую очередь, но иногда, по личному желанию, помогают товарищам, выручая их. В командных играх играющие составляют отдельные коллективы –команды, которые характеризуются совместной деятельностью, направленной на достижение общей цели.

В четвертый структурный элемент включены игры с водящим, без водящего, с предметами, без предметов, разговорные, сюжетные;

Пятый структурный элемент скомпонован по кондиционным и координационным качествам, преимущественно проявляемым в игре. Сюда входят игры, способствующие преимущественному воспитанию быстроты, силы, координации и другим физическим качествам.

Игры шестого структурного элемента используются в подготовительной, основной или заключительной частях занятий.

При систематизации русских народных игр были учтены задачи, поставленные в вариативной части комплексной программы физического воспитания.

Планируемые результаты Игры являются средством формирования у обучающихся универсальных учебных действий.

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 проведении игр, 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 игровой деятельности;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места проведения игр;
- планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности.

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по изучению игр 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.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг; □ представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, 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 инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью; □ 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 команды, вести подсчет при организации и проведении игр;
- применять в игровой деятельности технические действия из базовых видов спорта.

Ожидаемый результат

- Укрепление здоровья детей, формирования у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр
- Развитие умений работать в коллективе, лидерских качеств □ Формирования у детей и уверенности в своих силах.
- Умение применять игры в самостоятельных занятиях.

За участие во всех мероприятиях учащиеся получают игровые, спортивные бонусы.

В конце учебного года выявляются победители, набравшие наибольшее: количество бонусов и награждаются медалями, грамотами школы. Спортивные бонусы даются за хорошую игру, за сообразительность, дисциплину во время игры, взаимовыручка, активная помощь команде, за хорошую посещаемость, а также за конкурсы, плакаты, участие в школьных и районных, соревнованиях.

На занятиях:

- Развиваем силу. (Сила - это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий).
- Развиваем быстроту и скоростно-силовые способности. (Под быстротой понимают возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени).
- Развиваем выносливость. (Под выносливостью понимают, способность к длительному выполнению какой - либо работы без заметного снижения работоспособности).
- Развиваем координационные способности. (Это возможность оптимально управлять сложными двигательными действиями и регулировать их).
- Развиваем гибкость. (Гибкость- способность человека выполнять движения с большой амплитудой).

Календарный учебный план.

№ П/П	Раздел	Количество часов		
		Всего	Теория	Практ.
1.	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	4	1	3
2.	Русские народные игры	22	5	17
2.1	Подвижные игры	5	1	4
2.2	Игры с метанием на дальность	5	1	4
2.3	Эстафеты с лазанием и перелезанием	6	1	5
2.4	Игры на развитие памяти и воображения.	6	1	5
3.	Игры на свежем воздухе	10	1	9
3.2	Итого:	36	7	29

Условия реализации программы.

Для успешной реализации данной программы необходимо соблюдать ряд условий:

- Помещение и спортивная площадка на улице должны удовлетворять требованиям техники безопасности.
- В помещении должно быть рационально установлено и размещено все необходимое для работы кружка оборудование.
- Стены помещения оформляются стендами. На них размещают постоянную экспозицию: правила поведения, инструкции по ТБ, сменную экспозицию: грамоты и фото.

Отличительной особенностью

Отличительной особенностью этой программы от уже существующих в том что для её освоения не требуется специальных первоначальных знаний и умений, все необходимые для результатов действия получаются учащимися в процессе обучения.

Возраст детей участвующих в реализации дополнительной общеобразовательной программы - 7 - 8 лет.

Сроки реализации образовательной программы 1 год (36 часов, 1 час в неделю).

Продолжительность занятий – 45 минут

Форма занятий: сюжетно- ролевая игра, игра- соревнование, игровая, комбинированная.

Формы аттестации.

1. Зачеты по теоретическим основам знаний спортивных игр.

2. Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.

3. Участие в соревнованиях (веселые стары).

4 Самостоятельное проведение игр;

Оценочный материал по программе « Народные игры »

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

Теоретическая подготовка (знания игр по темам программы)

- **Устный опрос** проводится с целью выявления предметных знаний о играх в начале учебного года , а также в течении года по темам программы.

- **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 $\frac{1}{2}$.
- **Средний уровень (2балла)**- ребёнок ответил на 3-4 вопроса, его объём знаний по программе составляет более $\frac{1}{2}$.
- **Высокий уровень(3балла)**- ребёнок справился с тестом, ответил на 5-6 вопросов значит освоен практически весь объём знаний по программе.

Практическая подготовка

- **Наблюдение** осуществляется в течении всего года с целью выявления личностных, метапредметных качеств каждого ребёнка.
- **Самостоятельное проведение игр** проводиться в конце 1 полугодия как итоговое занятие по пройденным темам программы с целью выявления личностных и метапредметных качеств каждого ребёнка.
- **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 объяснить 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

Все баллы суммируются и выводятся в общий балл.

Показатели	Формы и методы диагностики	Сроки проведения	Уровень оценки (в баллах)
<p>Теоретическая подготовка</p> <p>Теоретические знания по темам программы</p>	<p>устный опрос</p> <p>тестирование</p>	<p>в течение года</p> <p>конец года</p>	<p>3-высокий</p> <p>2-средний</p> <p>1-низкий</p>
<p>Практическая подготовка Практические умения по программе:</p> <p>Самостоятельность</p> <p>Культура игрового общения</p> <p>Коммуникативная культура</p>	<p>Наблюдение</p> <p>Самостоятельное проведение игр</p> <p>Праздник</p>	<p>в течение года</p> <p>конец года</p>	<p>3-высокий</p> <p>2-средний</p> <p>1-низкий</p>

Методические материалы.

Практические упражнения объединяются в комплексы, которые периодически изменяются, обновляются; широко применяются упражнения с использованием различных предметов и снарядов.

Занятия проводятся интегрировано. При проведении занятий должны быть учтены особенности организма учащихся, его пониженные функциональные возможности. Поэтому индивидуальный подход должен быть одним из основных принципов организации занятий.

В ходе занятий учащиеся учатся оценивать свою и чужую деятельность с точки зрения законов природы. А это первый шаг к формированию привычек ведения здорового образа жизни.

Русские народные игры поделены на разделы, по характеристикам игр. Здесь есть игры, отражающие отношение человека к природе, ведь народ всегда трепетно относился к природе, берёг её, прославлял. Есть игры, которые воспитывают доброе отношение к окружающему миру. Сюда относятся народные игры: «Гуси-лебеди», «Волк во рву», «Волк и овцы», «Вороны и воробьи», «Змейка», «Зайцы в огороде», «Пчелки и ласточки», «Кошкмышки», «У медведя во бору» и их различные варианты.

С историческим наследием русского народа знакомят игры, отражающие повседневные занятия наших предков. Это народные игры: «Дедушка-рожок», «Домики», «Ворота», «Встречный бой», «Заря», «Корзинки», а также различные их варианты.

С большим интересом школьники знакомятся с играми сверстников прошлых столетий. К этим играм относятся: «Бабки», «Городки», «Горелки», «Городок-бегунок», «Двенадцать палочек», «Жмурки», «Игровая», «Кто дальше», «Ловишка», «Лапта», и др.

Возможность помериться силой и ловкостью появляется у ребят при изучении игр, которые отражают стремление детей стать сильнее, победить всех. Как тут не вспомнить о легендарных русских богатырях, которые не уступали

ранее в популярности современным киногероям. Здесь применяются игры: «Единоборство» (в различных положениях, с различным инвентарем), «Достань камешек», «Перетяни за черту», «Борющаяся цепь», «Цепи кованы», «Перетягивание каната», «Перетягивание прыжками», «Вытолкни за круг». «Защита укрепления», «Сильный бросок», «Каждый против каждого», «Бои на бревне» и их различные варианты. Эти игры подразумевают знакомство детей с историей возникновения каждой из игр.

Материально- техническое обеспечение программы:

- гимнастическая дорожка (8 матов);
- 5 теннисных мячей; □ 5 гимнастических обручей;
- 10 гимнастических палок;
- 1 мячей – прыгунок;
- 6 мячей для минибаскетб
- 10 скакалок; □ 10 флажков

Список литературы.

1. Барканов С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Учебно-методическое пособие /Владос, 2001.
2. Богданов Г.П., Утенов О.У. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом, 1993.
3. Богданов В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие, 1990.
 - 4 .Воронина Г.А. Программа регионального компонента «Основы развития двигательной активности младших школьников. Киров, КИПК и ПРО, 2007 г.
 - 5.Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор, М.: Просвещение, 2011г.
 6. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ (спортивные кружки и секции). Москва «Просвещение»
 7. Панкеев И. Русские народные игры.- Москва, 1998.
 - 8 . Игры для детей . В.Яковлев

Тематическое планирование

№ занятия	Тема Занятий	Кол. часов	Дата проведения	Кор-я даты
1	Водное занятие. Знакомство игр с бегом. «Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.	1		
2	Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта».	1		
3	Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	1		
4	Разучивание игр «Два мороза», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	1		
5	Разучивание игр «Мышеловка», «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.	1		

6	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Паровозик».	1		
7	Водное занятие. Знакомство игр с мячом. Игра с мячом “Охотники и утки”	1		
8	Игры с мячом “Передал - садись”.	1		
9	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка» Эстафета с мячами, скакалками.	1		
10	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору.	1		
11	Водное занятие. Знакомство игр с прыжками. Игры с прыжками “Прыгающие воробушки”.	1		
12	Игры с прыжками “Вызов номеров”.	1		

13	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Эстафета «Паровозик».	1		
14	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол	1		
15	Водное занятие. Знакомство игр, с развивающими метательными способностями. Игры, развивающие метательные способности «Подвижная цель».	1		
16	Игры, развивающие метательные способности «В горизонтальную мишень».	1		
17	Игры, развивающие метательные способности «Салки с мячом».	1		
18	Игры, развивающие метательные способности «Перестрелка».	1		
19	Водное занятие. Знакомство игр с элементами футбола. «Подвижная цель».	1		

20	Игры с элементами футбола “Салки с футбольным мячом”	1		
21	Игры с элементами футбола “Меткий футболист”.	1		
22	«Метко в цель», «Конники спортсмены». Эстафета прыжками. Самостоятельные игры: ручной мяч, футбол.	1		
23	Катание на лыжах. «Трамвай», «Найди себе пару». Игры по выбору	1		
24	Катание на лыжах и санках. Разучивание игр «Пройди и не задень», «Зима и лето» Игры по выбору.	1		
25	Катание на лыжах. «Быстрые упряжки», «На санки» Игры по выбору	1		
26	Ходьба парами, тройками. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок, хоккей.	1		

27	«Гонки санок» «Попади в цель». Игры по выбору	1		
28	Эстафета на лыжах. Самостоятельные игры. Игры по выбору: снежки, катание на санках с ледяных горок.	1		
29	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору.	1		
30	Комбинированная эстафета. Подвижные игры: «Наперегонки парами», «Ловишкиперебежки». Самостоятельные игры.	1		
31	Разучивание игр «Упасть не давай», «Совушка» Эстафета с мячами, скакалками.	1		
32	« Успей поймать», «Космонавты». Соревнования на точность броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.	1		

33	Водное занятие. Знакомство с историей возникновения народных игр и с культурными традициями.	1		
34	Старинные народные игры “Собачка”	1		
35	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки.	1		
36	Веселые старты	1		

