

Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Школа №86»

СОГЛАСОВАНО:  
Заместитель директора  
Горяшова Е.В.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
Государственного казенного  
общеобразовательного учреждения  
«Школа № 86»  
от 29.08.2023 г. №126-о

**РАБОЧАЯ ПРОГРАМА**  
**ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**«Движение- есть жизнь»**  
**для обучающихся 1-9 классов (2 вариант с ТМНР)**

Разработчики:

Полякова С.В.  
Козина М.А.  
Прошина Ж.В.

г. Нижний Новгород  
2023г.

### **Пояснительная записка**

Программа «Движение- есть жизнь» реализует спортивное-оздоровительное направление во внеурочной деятельности в соответствии с ФГОС обучающихся с ТМНР.

Данная программа составлена с учетом ФГОС, Базисного учебного плана нового ФГОС, комплексной программы физического воспитания (Москва, «Просвещение», 2009 г, авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич ).

Программа является модифицированной. Новизна программы состоит в том, что в ней прописаны УУД, которые необходимо формировать у обучающихся с ТМНР.

Реализация внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

### **Актуальность программы:**

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

### **Отличительные особенности программы**

Изюминка дополнительного образования и состоит в том, что все его программы не транслируются сверху по типу единого государственного стандарта, что нужно знать и уметь подрастающему поколению, а предлагаются детям по выбору, в соответствии с их интересами, склонностями

и способностями. Программа внеурочной деятельности по направлению «Если хочешь быть здоров!» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Включает в себя, как теоретическую, так и практическую части – организация подвижных игр.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В системе обучения игровая деятельность является одним из важнейших факторов развития ребенка: нравственного, умственного, эстетического и физического. Именно в ней закладываются основы социально активной личности, проявляющей интерес к игровой деятельности, самостоятельности, уважения и другие ценные качества, способствующие усвоению требований к жизни утверждению в ней.

#### **Адресат программы**

Программа «Движение есть жизнь» составлена и предназначена для обучающихся 1-9 классы по второму варианту с ТМНР. Учитывая индивидуальные особенности и интересы детей, учить всех по-разному, причем содержание и методы обучения рассчитаны на разные уровни умственного развития детей, и могут корректироваться в зависимости от конкретных возможностей, способностей и запросов ребенка.

#### **Объём программы**

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы – 34 часов.

#### **Форма обучения- очная.**

#### **Методы обучения:**

- словесные: устное изложение, беседа, объяснение;
- наглядные: показ видеоматериалов, иллюстраций, показ педагогом приёмов исполнения, наблюдение, работа по образцу;
- практические: тренировочные упражнения.

В программу включено знакомство с различными подвижными играми. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

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.

Подвижные игры имеют и оздоровительное значение. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей.

### **Тип занятий**

Тип занятий может быть различным: комбинированный, теоретический, практический, диагностический, контрольный, тренировочный.

### **Формы проведения занятий**

- беседы
- игры
- элементы занимательности и состязательности
- викторины
- конкурсы
- праздники
- часы здоровья

### **Срок освоения программы**

Программа «Движение есть жизнь» рассчитана на 34 часов, необходимых для её реализации.

### **Режим занятий**

Занятия проводятся 1 раз в неделю в течении 1 года обучения 1-9 классы (2вариант)

### **Цели программы:**

-создание наиболее благоприятных условий для формирования у обучающихся отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

-приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

#### **Задачи:**

-обеспечить двигательную активность обучающихся во внеурочное время;

-познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;

-воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням;

-развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, быстроту реакции, а так же эмоционально-чувственную сферу;

- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни;

-учить сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

-создавать условия для проявления чувства коллективизма;

-развивать активность и самостоятельность;

-обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.

#### **Содержание программы**

##### **"Движение- есть жизнь»**

Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры. В основу планирования положены знания, базирующиеся на научных экспериментах, выполненных в различных отраслях науки, таких как педагогика, физиология, психология, спортивная медицина, опыт ряда педагогов по физической культуре, работающих по ФГОС. Программа включает в себя теоретическую и практическую части.

**Теоретическая часть** включает в себя объяснение педагогом необходимых теоретических понятий, правил, беседу с обучающимися, показ изучаемых упражнений, подвижных и спортивных игр.

**Практическая часть** более чем на 90 % представлена практическими действиями. Двигательный опыт обучающихся обогащается играми, упражнениями.

Огромное значение для ребёнка имеет участие в жизни класса вне школьных уроков. Для многих ребят - это основной мотив посещения школы, так как есть возможность проявить инициативу и самостоятельность, ответственность и открытость.

Распределение часов на разделы условно, т.к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и практического материала, упражнения, комплексы упражнений, игры различных разделов в одном занятии.

## **1 раздел**

### **Вводные занятия. Я выбираю здоровый образ жизни!**

Беседы о безопасном поведении на дороге по пути в школу, в школе, на стадионе, в спортивном зале, на льду, на лыжне.

## **2 раздел**

### **В здоровом теле - здоровый дух!**

Показать детям, как можно разнообразить активные игры в школе. Цель данного направления работы предоставить детям возможность узнать о важности активного образа жизни. Увеличить перечень активных игр для детей.

2.1. *Народные игры.* Разучивание русских народных игр: «Кот и мышь», «Коршун», «Горелки», «Гуси-Лебеди» «Пчёлки и ласточка». Разучивание игр разных народов. Украинские народные игры: «Высокий дуб», «Колдун», «Мак», «Перепёлочка». Белорусские народные игры: «Заяц-месяц», «Иванка», «Хлоп, хлоп, убегай!». Игры народов Востока: «Скачки», «Собери яблоки».

2.2. *Подвижные игры.* Подобраны игры, носящие соревновательный характер, с применением инвентаря (мяча) и без него, игры с заучиванием слов.

2.2.1. Игры с бегом: «Бездомный заяц», «Борьба за флажки», «Пустое место», «Салки по кругу», «Кто быстрее?», «Сумей догнать», «Колдунчики», «Два Мороза», «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка», «Пятнашки обыкновенные», «Салка»,

2.2.2 Игры для формирования правильной осанки : «Хвостики», «Паровоз», «Бои на бревне», «Ванька-встанька», «Лошадки».

2.2.3. Игры – эстафеты : «Команда быстроногих», «Эстафеты-поезда», «Большая круговая эстафета».

2.2.4. Игры с прыжками: «Зайцы в огороде», «Поймай лягушку», «Придумай и покажи», эстафеты с длинными скакалками, с короткими скакалками, «Чемпионы скакалки», «Кто дальше», «Перетягивание прыжками», «Попрыгунчики», «Воробушки и кот», «Болото», «Чехарда»

2.2.5. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча : «Метко в цель», «Салки с большими мячами» «Попади в круг», «Быстрые и меткие», «Попади

и поймай», «Сбей кеглю», «Вышибала», «Народный мяч», «Охотники и утки», «Мяч водящему», «Поймай мяч», «Обгони мяч», «Блуждающий мяч», «Подвижная цель», «Сильный бросок», «Мячик кверху», «Свечки», «Лови мяч».

2.2.6. Игры с разными предметами: «Городки», «Лапта», «Единоборство», «Бирюльки», «Двенадцать палочек», «Достань камешек», «Коршун», «Кольцо», «Рулетка».

2.2.7. Игры с лазанием и перелазанием: «Распутай верёвочку», «Защита укрепления», «Кошки-мышки», «Цепи кованы».

2.2.8. Поисковые игры. Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игр способствует отдыху участников игр после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры: «Палочка-выручалочка», прятки, «Золото хороню», «Двое слепых», жмурки на местах, в кругу, «Отгадай, кто подходил?», «Яша и Маша», «Слепой и зрячий», «Холодно-горячо».

2.2.9. Игры-сцеплялки. Игры, в которых присутствует специфическое построение, сохраняющееся на протяжении всего игрового процесса: «Ручеёк», «Пятнашки», «Репка», «Дракон».

2.2.10. Сюжетные игры. Для сюжетных игр «характерны роли с соответствующими для них двигательными действиями: «Птица без гнезда», «Мы-весёлые ребята», «Два мороза», «Космонавты», «Совушка» «Гуси-Лебеди», «Волк во рву», «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки», «Пчёлки и ласточки» «Море волнуется», «Медведь и пчелы», «Зайцы и волк», «Воробушки и кот», «Белые медведи», «Вороны и воробьи».

2.2.11. Кто сильнее?. Игры, направленные на развитие силовых качеств, умение следовать алгоритму действий: «Бой петухов», «Борьба всадников», «Выталкивание спиной», «Перетягивание каната», «Перетягивания за руку», «Тяни – толкай», «Перетягивание по кругу», «Цепи», «Поймай последнего».

2.2.12. Зимние забавы. Игры на свежем воздухе в зимнее время. Игры помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологической, эмоциональной разгрузки, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм и др. Игра в снежки, лепка снежных баб. Строительные игры из снега. Эстафета на санках. Лыжные гонки.

### **3 раздел Игры на развитие психических процессов.**

Игры на развитие психических процессов: мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности.

Развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

3.1. Игры на развитие восприятия: «Выложи сам», «Магазин ковров», «Волшебная палитра».

3.2. Игры на развитие памяти: «Повтори за мной», «Запомни движения», «Художник».

3.3. Упражнения и игры на внимание: «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка», «Заря», «Корзинки», упражнение «Ладонь – кулак», «Ищи безостановочно», «Заметь всё», «Запомни порядок».

3.4. Игры на развитие воображения: «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай».

3.5. Игры на развитие мышления и речи: «Ну-ка, отгадай», «определим игрушку».

3.6. Игры на коррекцию эмоциональной сферы ребёнка: «Баба Яга», «Три характера».

#### **4раздел Спортивные игры.**

Спортивные игры по упрощенным правилам.

4.1. Пионербол: Игровые правила. Передачи мяча, подачи мяча. Отработка игровых приёмов. Игра.

4.2. Футбол: Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Удар внутренней стороной стопы (“щечкой”) по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу и после ведения; подвижные игры типа “Точная передача”.

4.3. Баскетбол: Игровые правила. Отработка игровых приёмов. Ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: “Бросай-поймай”, “Выстрел в небо”.

**5 раздел Спортивные праздники.** «Мама, папа, я – спортивная семья», «В здоровом теле – здоровый дух»

5.1. Часы здоровья. «Спортивные почемучки» викторины, посвященные спорту.

#### **6 раздел Итоговое занятие.**

Подведение итогов обучения, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы «Движение есть жизнь»**

Воспитательные результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по двум уровням.



**Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):** приобретение школьниками знаний об основах здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о технике безопасности при занятии спортом; о русских народных играх и играх разных народов; о правилах конструктивной групповой работы; о способах самостоятельного поиска.

**Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):** развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

### **Личностные результаты.**

*У учеников будут сформированы:*

- установка на безопасный, здоровый образ жизни;
- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа уважительное отношение к культуре других народов;
- умение выражать свои эмоции;
- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

*Обучающийся научится:*

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- уметь планировать и регулировать свои действия во время подвижной игры;
- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- учиться работать по определенному алгоритму;

### **Познавательные УУД:**

*Обучающийся научится:*

- проводить сравнение и классификацию объектов;
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности;
- различать между собой физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость);

-соблюдать правила поведения и предупреждение травматизма во время занятий;

-подбирать упражнения для разминки;

-использовать знания во время подвижных игр на досуге;

- делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

### **Коммуникативные УУД:**

*Обучающийся научится:*

-работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;

-обращаться за помощью;

-формулировать свои затруднения;

-предлагать помощь и сотрудничество;

-договариваться и приходить к общему решению;

-формулировать собственное мнение и позицию;

-осуществлять взаимный контроль;

-адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

-оформлять свои мысли в устной форме;

-слушать и понимать речь других;

- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли

(лидера исполнителя).

### **Предметные результаты:**

-формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.

-овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

### **Условия реализации программы «Движение есть жизнь»**

Занятия проводятся во второй половине дня в 1-9классах 1 час в неделю. Место проведения – спортивные залы, спортивный стадион. Подвижные игры и спортивные праздники проходят по усмотрению учителя на свежем воздухе или в спортивном зале. Конкурсы, беседы, викторины в кабинете , в спортивном зале. Занятия проводятся по 40минут в соответствии с нормами СанПина. 80% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся на свежем воздухе или в спортзале. Остальное время распределено на всевозможные тематические беседы, часы здоровья, подготовку и проведение различных соревнований и внеклассных мероприятий по формированию здорового образа жизни. Для успешной реализации программы будут использованы Интернет-ресурсы, разработки внеклассных мероприятий, презентации, видеоролики, мультфильмы о здоровом образе жизни и т.п.

**Примерный перечень  
наглядных пособий, материалов и инструментов**

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком

**Д** – демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);  
**К** – полный комплект (для каждого обучающегося);  
**Ф** – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 обучающихся);

**П** – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол-во
1	Основная литература для учителя	
1.1	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д
1.2	Программы по «Физической культуре» (для четырёхлетней начальной школы) (доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич)	Д
1.3	Б.Б.Егоров, Ю.Е.Пересадына: Физическая культура. Учебник . Книга 1. 1 – 2 классы М., БАЛАСС, 2012г.	Ф
1.4	Рабочая программа по физической культуре	Д
2	Дополнительная литература для учителя	
2.1	О.А.Степанова: Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие.	Д
2.2	Ж.К., Холодов В.С. Кузнецов: Теория и методика физического воспитания и спорта - М. издательский дом «Академия» 2010г.	Д
2.3	Е.В.Конева: Спортивные игры: правила, тактика, техника – Ростов-на-Дону, издательство «Феникс», 2008г.	Д
2.4	Матвеев А. П. Методика преподавания физической культуры в 1 классе. – М., 2010	Д

3	Дополнительная литература для обучающихся	
3.1	Б.Б.Егоров, Ю.Е.Пересадин: Физическая культура. Учебник . Книга 1. 1 – 2 классы. М., БАЛАСС, 2012г.	Ф
4	<i>Учебно-практическое оборудование</i>	
4.1	Бревно гимнастическое напольное	П
4.2	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	П
4.3	Стенка гимнастическая	П
4.4	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
4.5	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч (мягкий),	П
4.6	Палка гимнастическая	К
4.7	Мат гимнастический	Д
4.8	Кегли	К
4.9	Обруч детский	Д
4.10	Сетка волейбольная	Д
4.11	Аптечка	Д

### Календарно-тематическое планирование 1-4 классов (2 вариант с ТМНР)

№	Тема	Часы
1	Беседа «В здоровом теле- здоровый дух»	1
2	Здоровье в порядке- спасибо зарядке. Выполнение заданий на развитие внимания.	1
3	Самостоятельная игра «Футбол».	1
4	Упражнение «Боксеры». Подвижные игры «Ловишки».	1
5	Народные игры «Хлоп, хлоп, убегай!», «Коршун»	1
6	Разучивание игры «У медведя во бору». Самостоятельные игры.	1
7	Игры с бегом «Борьба за флажки»	1
8	Игры для формирования правильной осанки «Паровоз»	1

9	Современные подвижные игры «Мяч по кругу»	1
10	«Поймай рыбку»	1
11	«Змейка на асфальте»	1
12	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча «Метко в цель», «Попади в круг»	1
13	Игра «Нас не видно и не слышно»	1
14	Игра «День ночь»	1
15	Игры по выбору.	1
16	Разучивание игры «Прыгай выше и дружнее».	1
17	Сюжетные игры «У медведя во бору», «Зайцы в огороде», «Кошки-мышки»	1
18	Сюжетные игры «Два мороза», «Совушка», «Море волнуется»	1
19	Сюжетные игры «Птица без гнезда»	1
20	Кто сильнее? «Перетягивание каната», «Тяни – толкай»	1
21	Зимние забавы Игра в снежки, лепка снежных баб.	1
22	Игры на развитие восприятия «Выложи сам», «Магазин ковров»	1
23	Игры на развитие памяти «Повтори за мной», «Запомни движения»	1
24	Упражнения и игры на внимание «Волк и овцы», «Жмурки», «Ловишка»	1
25	Игры на развитие воображения «Волшебное яйцо», «Узнай, кто я?», «Возьми и передай»	1
26	Игры на развитие мышления и речи «Ну-ка, отгадай», «Определим игрушку»	1
27	Конкурс «Покажи игру»	1
28	Игры на коррекцию эмоциональной сферы «Баба Яга», «Три характера»	1
29	Игры на улучшение осанки: «След в след», «с кочки на кочку»	1
30	Пионербол	1
31	Футбол (игра: «Точная передача»)	1
32	Игра с мячом: «Мяч по кругу».	1
33	Баскетбол (игры: “Бросай-поймай”, “Выстрел в небо”)	1

34	Весёлые старты	1
----	----------------	---

### Календарно тематическое планирование 5-9 классов (2 вариант с ТМНР)

№	тема	часы
1	«Кати мяч» (мяч)	1
2	«Продвинь дальше» (кубик, мяч)	1
3	«Найди мячик» (мячик с бубенчиком внутри)	1
4	«Держи- дай» (мяч)	1
5	«Ладушки» (фитбол)	1
6	«Катим мяч с большой горки» (мяч, наклонная доска (желоб))	1
7	«Мы топаем ногами»	1
8	«Где же наши ручки»	1
9	«Вот как мы умеем»	1
10	«Солнышко»	1
11	«Тучка и солнышко»	1
12	«Умею- не умею» (мяч)	1
13	«Солнечные зайчики» (зеркало)	1
14	«Достань-ка» (колокольчик)	1
15	«Ленточки»	1
16	«Чики -чики - чикалочки» (мяч прыгунок)	1
17	«Котятки»	1
18	«Лягушонок»	1
19	«Ласковы слова» (мягкий мяч)	1
20	«Собери рыбок» (мат, объёмные и плоские предметы)	1
21	«Запрещённый цвет» (разноцветные геометрические фигуры)	1
22	«Поймай мяч» (мяч)	1
23	«Паровозик» (гимнастические палки)	1
24	«Горячий мяч»	1
25	«Нас не слышно и не видно»	1
26	«Передай-садись» (мяч)	1
27	«Дерево, куст, ручей, тропинка»	1
28	«Что пропало» (разные предметы)	1
29	«Узнай друга»	1
30	«Лохматый пёс»	1
31	«Повтори, не ошибись...»	1
32	«Караси и щука»	1

33	«Выбей кеглю»	1
34	«В кругу» (мячи)	1

### Список литературы

1. «Образовательная система «Школа 2100» федеральный государственный образовательный стандарт, Примерная основная образовательная программа. В 2-х книгах. Книга 2. Программа отдельных предметов для начальной школы /Под науч. ред. Д.И. Фельдштейна- изд. 2-е, испр.- М.: Баласс, 2011.- 432с.
2. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. Методическое пособие / О.А. Степанова. - М.: Баласс, 2012. - С. 128. Образовательная система «Школа 2100», серия «Методическая библиотека учителя начальной школы».
- Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 1-4 классы: проект. – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2011.- 61с. – Стандарты второго поколения.
3. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе Дни здоровья, спортивные праздники, конкурсы /авт.-сост. О.В. Белоножкина и др. Учитель 2007-173с.
4. Справочник учителя физической культуры /Авт.- сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева – Волгоград: Учитель, 2011.- 251 с.
5. Физическая культура. 1 – 4 классы. Методические рекомендации для учителя. Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е. , Цандыков В.Э. – М.: Баласс, 2012.- 128с.
6. Физическая культура: учебное пособие /В.Л. Мустаев; под научной редакцией Н.А. Заруба, консультант по методике Л.А. Коровина. – Кемерово: изд-во КРИПКиПРО, 2008.- 140с.
7. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 1/авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е – М.: Баласс, 2012.-80с.
8. Физическая культура. Учебник для начальной школы. Книга 2 /авт. Егоров Б.Б., Пересади́н Ю.Е – М.: Баласс, 2011.-80с.
9. Физическая культура. Входные и итоговые проверочные работы: 1-4 классы / Авт.- сост. В.Н. Верхлин, К.А. Воронцов.- М.:ВАКО, 2011.- 48с.- Контрольно -измерительные материалы