

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Департамент образования и молодежной политики**  
**Ханты-Мансийского автономного округа- Югра**  
**Управление образования и молодежной политики**  
**администрации Октябрьского района**  
**МБОУ «Октябрьская СОШ им. Н. В. Архангельского»**

**Рассмотрена на заседании**  
**ШМО учителей физической**  
**культуры и ОБЖ**  
Руководитель ШМО  
\_\_\_\_\_ Чепарухин А.Ю.  
Протокол № 1  
от «30» 08. 2023 года

**«Согласовано»**  
Заместитель директора  
по НМР  
\_\_\_\_\_ Елизарова Л.В.  
Протокол № 1  
от «30» 08. 2023 года

**«Утверждаю»**  
И.О. директор МБОУ  
«Октябрьская СОШ им. Н. В.  
Архангельского»  
\_\_\_\_\_/О.Ф. Спасенникова  
Приказ № \_\_\_\_\_  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
**по внеурочной деятельности**  
**«Движение есть жизнь»**  
**для обучающихся 1, 4 классов**

Составитель программы:  
*Чепарухин Анатолий Юрьевич*

пгт Октябрьское, 2023г

### **Пояснительная записка.**

Программа «Движение есть жизнь» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности начальной школы в соответствии с ФГОС НОО.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному 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.

#### **Цели программы:**

- ✓ создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников 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, решаемые в рамках данной программы:**

- ✓ обеспечить двигательную активность младших школьников 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, чтобы противостоять болезням;
- ✓ воспитывать культуру игрового общения;
- ✓ учить младших школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- ✓ создавать условия для проявления чувства коллективизма.

#### **Формы организации занятий:**

- ✓ Физкультурно-оздоровительная;
- ✓ Физкультурно-массовые и спортивные мероприятия.

#### **Формы представления результатов:**

- ✓ Соревнования
- ✓ весёлые старты;
- ✓ спортивные эстафеты;
- ✓ фестиваль игр.

**Вид деятельности:** познавательная.

## Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности для 4 класса

### Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

#### Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Пустое место», «Белые медведи», «Космонавты», «Невод», «Третий лишний», «Перемена мест», «Третий лишний», «Вызов номеров», «Салки с ленточками», «Заяц без места», «Кто обгонит», эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Удочка», «С кочки на кочку». Эстафеты с прыжками.

Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

#### Зимние забавы

«Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

#### Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Чехарда», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Хейро», «Ловля оленей», «Льдинки, ветер и мороз», «Ручейки и озера», «Стрелок», «Перетягивание палок Талтыюх», «Смелые ребята», «Полярная сова и евражки».

#### Соревнования

Баскетбол: Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель.

Волейбол: Подбрасывание и подача мяча, приём и передача мяча в волейболе.

Футбол: Удары по мячу ногой, остановка мяча ногой. Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.

Подвижные игры на материале спортивных игр: «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени», «Овладей мячом», «Подвижная цель», «Мяч ловцу», «Охотники и утки», «Быстро и точно», «Снайперы», «Борьба за мяч», «Точный расчет», «Перестрелка», Эстафеты с мячом.

Проведение соревнований по различным видам: пионербол, дартс, перестрелка и т.д.

#### Формы и виды деятельности

- ✓ Соревнования
- ✓ весёлые старты;
- ✓ спортивные эстафеты;
- ✓ фестиваль игр.

## Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

### Личностные результаты

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

- ✓ проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;
- ✓ проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- ✓ оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
- ✓ понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;

### Метапредметные результаты

#### Регулятивные

- ✓ уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- ✓ оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- ✓ конструктивно разрешать конфликты.

#### Познавательные

- ✓ осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- ✓ преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- ✓ устанавливать причинно-следственные связи.

#### Коммуникативные

- ✓ общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- ✓ умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- ✓ умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- ✓ готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- ✓ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

### Тематическое планирование 4 класса

№ п/п	Тема	Кол-во часов	
		Практических	Теоретических
1	Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»	33	1
Итого	34	33	1

### Календарно-тематическое планирование 4 класс

№	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Дата проведения	Электронные образовательные ресурсы
<b>Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность». Подвижные игры с элементами легкой атлетики</b>				
1.	Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи».	1	04.09-08.09	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
2.	Подвижные игры «Космонавты», «Невод».	1	11.09-15.09	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
3.	Подвижные игры «Третий лишний», «Перемена мест».	1	18.09-22.09	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
4.	Подвижная игра «Вызов номеров».	1	25.09-29.09	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
5.	Подвижные игры «Салки с ленточками», «Заяц без места».	1	02.10-06.10	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
6.	Подвижная игра «Кто обгонит», эстафеты.	1	09.10-13.10	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
7.	Подвижные игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву».	1	16.10-20.1	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
8.	Подвижные игры «Удочка», «С кочки на кочку».	1	23.10-27.10	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
9.	Эстафеты с прыжками.	1	06.11-10.11	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
10.	Подвижная игра «Кто дальше бросит».	1	13.11-17.11	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
11.	Подвижные игры «Метко в цель», «Точный расчет».	1	20.11-24.11	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
<b>Зимние забавы</b>				
12.	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу».	1	27.11-01.12	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
13.	Подвижные игры «Построй снеговика», «На одной лыжне».	1	04.12-08.12	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
14.	Подвижные игры «Гонки на санках», «Юный хоккеист».	1	11.12-15.12	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
15.	Подвижные игры «Гонки снежных комков», эстафеты.	1	18.12-22.12	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
<b>Народные игры</b>				
16.	Подвижные игры «Колечко», «Ручеек».	1	25.12-29.12	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
17.	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	1	08.01-12.01	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
18.	Подвижные игры «Чехарда» «Кошки - мышки».	1	15.01-19.01	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
19.	Подвижные игры «Хейро», «Ловля оленей».	1	22.01-26.01	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
20.	Подвижные игры «Льдинки, ветер и мороз».		29.01-02.02	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
21.	Подвижные игры «Смелые ребята»,		05.02-09.02	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a>

	«Полярная сова и евражки»			<a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
<b>Соревнования</b>				
22.	Ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах.		12.02-16.02	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
23.	Ведение мяча с изменением направления и скорости.	1	19.02-23.02	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
24.	Броски в цель.	1	26.02-01.03	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
25.	Подбрасывание и подача мяча	1	11.03-15.03	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
26.	Прием и передача мяча в волейболе.	1	18.03-22.03	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
27.	Удары и остановка мяча ногой.	1	01.04-05.04	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
28.	Выполнение ударов на точность в ворота, партнеру.	1	08.04-12.04	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
29.	Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Вызови по имени».	1	15.04-19.04	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
30.	Подвижные игры «Овладей мячом» «Подвижная цель».	1	22.04-26.04	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
31.	Подвижные игры «Мяч ловцу», «Охотники и утки».	1	29.04-03.05	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
32.	Соревнование по дартсу.	1	06.05-10.05	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
33.	Соревнование по подвижной игре «Пионербол».	1	13.05-17.05	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
34.	Соревнование по подвижной игре «Перестрелка», эстафеты мячом.	1	20.05-24.05	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
				<b>Итого: 34 часа</b>

## Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм и видов деятельности для 1 класса

### Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»:

#### Подвижные игры с элементами легкой атлетики

Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве - «Совушка»; «Кто скорее соберется»; «Салки»; «Лягушки и цапля»; «Гуси – лебеди»; «Перемена мест»; «Шишки, желуди, орехи»; «Два мороза»; «День ночь»; «Мышеловка»; «Карлики и великаны»; «Запрещенные движения»; «Пятнашки»; «Мы веселые ребята»; «Вызов номеров»; «Птица без гнезда»; «Быстро по местам»; «Ловишки»; «Бездомный заяц»; «Светофор»; «Кошки – мышки»; Эстафеты.

Закрепление и совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве - «Прыгающие воробушки»; «Зайцы в огороде»; «Лиса и куры»; «Прыжки по полосам»; «С кочки на кочку»; Эстафеты с прыжками. Закрепление и совершенствование метаний на дальность, и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей - «Кто дальше бросит»; «Метко в цель»; «Точный расчет».

#### Зимние забавы

Зимние виды игр: «Быстрый лыжник», «Не пропусти шайбу», «Снежки», «Построй снеговика», «На одной лыжне», «Лыжники», «Метко в цель», «Гонка на санках», «Юный хоккеист», «На помеле», «Гонки снежных комков». Эстафеты.

#### Народные игры

Русские народные игры:

«Жмурки», «Горелки», «Колечко», «Ручеек», «Попрыгунчики», «Салки», «Красочки», «Пол, нос, потолок», «Море волнуется», «Кошки-мышки».

Хантыйские народные игры:

«Куропатки и охотники», «Ручейки и озера», «Отбивка оленей», «На новое стойбище», «Волк и олени», «Тройной прыжок», «Перетягивание палки Талтыюх», «Стрелок».

#### Соревнования

Баскетбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «У кого меньше мячей»; «Школа мяча»; «Мяч в корзину»; «Попади в обруч»; Эстафеты.

Волейбол: «Играй, играй, мяч не теряй»; «Мяч водящему»; «Школа мяча»; «Охотники и утки»; Эстафеты.

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча. Эстафеты.

#### Формы и виды деятельности

- ✓ Соревнования
- ✓ весёлые старты;
- ✓ спортивные эстафеты;
- ✓ фестиваль игр.

### Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

#### Личностные результаты

Освоение учащимися содержания курса являются следующие умения:

- ✓ проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;
- ✓ проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- ✓ оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры;
- ✓ понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;

#### Метапредметные результаты

#### Регулятивные

- ✓ уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- ✓ оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- ✓ конструктивно разрешать конфликты.

#### Познавательные

- ✓ осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений;
- ✓ преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- ✓ устанавливать причинно-следственные связи.

#### Коммуникативные

- ✓ общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- ✓ умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- ✓ умение осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- ✓ готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- ✓ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.

### Тематическое планирование 1 класса

№ п/п	Тема	Количество часов	
		Практических	Теоретических
1	Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность»	32	1
Итого	33	32	1

### Календарно-тематическое планирование 1 класс

№	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Дата проведения	Электронные образовательные ресурсы
<b>Модуль «Спортивно-оздоровительная деятельность». Подвижные игры с элементами легкой атлетики</b>				
1.	Подвижные игры «Совушка», «Кто скорее соберется».	1	04.09-08.09	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
2.	Подвижные игры «Салки», «Лягушка и цапля».	1	11.09-15.09	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
3.	Подвижные игры «Гуси- лебеди», «Перемена мест».	1	18.09-22.09	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
4.	Подвижные игры «Шишки, желуди, орехи», «Два мороза».	1	25.09-29.09	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
5.	Подвижные игры «День ночь», «Мышеловка».	1	02.10-06.10	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
6.	Подвижные игры «Карлики и великаны», «Запрещенные движения».	1	09.10-13.10	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
7.	Подвижные игры «Пятнашки», «Мы веселые ребята».	1	16.10-20.10	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
8.	Подвижные игры «Вызов номеров», «Птица без гнезда».	1	23.10-27.10	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>

9.	Подвижные игры «Быстро по местам», «Ловишки».	1	06.11-10.11	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
10.	Подвижные игры «Бездомный заяц», «Светофор».	1	13.11-17.11	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
11.	Подвижная игра «Кошки- мышки».	1	20.11-24.11	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
12.	Эстафеты.	1	27.11-01.12	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
13.	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде».	1	04.12-08.12	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
<b>Зимние забавы</b>				
14.	Подвижные игры «Быстрый лыжник», «Снежки».	1	11.12-15.12	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
15.	Подвижные игры «Не пропусти шайбу», Метко в цель».	1	18.12-22.12	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
16.	Подвижные игры «На одной лыжне», «Лыжники».	1	25.12-29.12	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
17.	Подвижные игры «Гонки снежных комков», эстафеты.	1	08.01-12.01	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
<b>Народные игры</b>				
18.	Подвижные игры «Попрыгунчики», «Салки».	1	15.01-19.01	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
19.	Подвижные игры «Красочки», «Пол, нос, потолок».	1	22.01-26.01	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
20.	Подвижные игры «Море волнуется», «Кошки мышки».	1	29.01-02.02	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
21.	Подвижные игры «Куропатки и охотники», «Ручейки и озера».	1	05.02-09.02	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
22.	Подвижные игры «Отбивка оленей», «На новое стойбище»	1	19.02-23.02	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
23.	Подвижные игры «Перетягивание палки Талтьюх», «Стрелок».	1	26.02-01.03	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
<b>Соревнования</b>				
24.	Подвижные игры «Играй, играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	1	04.03-08.03	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
25.	Подвижные игры «Мяч в корзину», «Попади в обруч».	1	11.03-15.03	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
26.	Подвижные игры «Школа мяча», «Охотники и утки».	1	18.03-22.03	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
27.	Удар по неподвижному и катящемуся мячу.	1	01.04-05.04	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
28.	Ведение и остановка мяча.	1	08.04-12.04	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
29.	Эстафеты.	1	15.04-19.04	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
30.	Соревнование по подвижной игре «Снайпер».	1	22.04-26.04	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
31.	Эстафеты с мячами.	1	29.04-03.05	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
32.	Встречные эстафеты.	1	06.05-10.05	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
33.	Комбинированные эстафеты.	1	13.05-17.05	<a href="http://spo.1september.ru/">http://spo.1september.ru/</a> <a href="http://zdd.1september.ru/">http://zdd.1september.ru/</a>
<b>Итого: 33 часа</b>				

