

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа г. Свирска»**

Принята на заседании
педагогического совета
МБОУ ДО «ДЮСШ г. Свирска»
протокол № 1 от «29» августа 2024 г.

Утверждена
приказом МБОУ ДО
«ДЮСШ г. Свирска»
№ 39 от «09» сентября 2024 года

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Подвижные игры»**

Адресат программы: для детей 7-12 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:
Л.Е. Малышева, тренер-преподаватель

Свирск, 2024 год

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подвижные игры» разработана в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования детей, Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Уставом МБОУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа г. Свирска».

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Подвижные игры» - физкультурно - спортивная.

Актуальность программы обусловлена интересом детей к игровой деятельности. В процессе игры происходит формирование эмоционального мира человека, поэтому она представляет собой большую ценность в учебной и воспитательной деятельности с детьми и молодёжью, что является весьма актуальным на сегодняшний день. Среди проблем, связанных с воспитанием личностно и физически здорового ребенка, занятие подвижными играми позволяет педагогам решать социально-значимые задачи, важными из которых являются: воспитание коллективизма и коммуникативности, самоутверждение, самореализация, саморазвитие, чувство долга, ответственность.

Отличительные особенности программы в сравнении с близкими по тематике программами заключается в широком применении игровых технологий при воспитании разносторонне развитой личности.

Адресат программы.

Программа рассчитана для детей в возрасте от 7 - 12 лет.

Набор осуществляется по принципу добровольности, без отбора и предъявления требований к наличию у них специальных умений и навыков. Обязательным условием приема детей является наличие медицинской справки, дающей допуск к занятиям с физическими нагрузками и соревнованиям.

Количество детей в группах зависит от уровня обучения – 10-18 человек.

Срок освоения программы. Программа рассчитана на 1 год обучения: Год обучения рассчитан на 37 недель..

Форма обучения очная.

Режим занятий. Образовательная деятельность и тренировочный процесс организуются 2 раза в неделю по 2 часа, и два раза по одному часу.

таблица 1

год обучения	Уровень	Кол-во часов в неделю	Минимальная и максимальная наполняемость групп	Минимальный возраст для зачисления
1	Стартовый уровень	6	15-20	7-12 лет

Продолжительность академического часа – 45 минут.

Особенности организации образовательного процесса - в соответствии с учебно-тематическим планом, формируются группы учащихся разного возраста, состав группы - постоянный; виды занятий по программе определяются ее содержанием: групповые, коллективные, фронтальные; и могут предусматривать беседы, практические занятия (строевая и физическая подготовка, подвижные игры).

Цель программы: укрепление здоровья, физическое и личностное развитие детей, формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом посредством подвижных игр.

Задачи:

Обучающие: обучить детей теоретическим знаниям по физической культуре дать необходимые дополнительные знания и навыки в сфере гигиены физического воспитания, технике безопасности.

Развивающие: развивать физические и личностные качества детей, двигательные умения и навыки; формировать гигиенические навыки, навыки здорового образа жизни, а также навыки соревновательной деятельности.

Воспитывающие: воспитывать взаимоуважение, коллективизм, целеустремленность, ответственность, взаимовыручку, коммуникативность, самостоятельность и умение планировать свою деятельность.

2. Комплекс основных характеристик программы

2.1 Объем, содержание программы

Объем программы: всего – 222 часа. Год обучения рассчитан на 37 недель. Программа состоит из четырех модулей: «Быстрый», «Сильный», «Ловкий», «Выносливый»

Содержание 1 год обучения

№	Раздел, тема, название модуля	Кол. час.
1	Теоретическая подготовка: Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях.	2
2	Модуль «Быстрый»	54

3	Модуль «Сильный»	54
4	Модуль «Ловкий»	56
5	Модуль «Выносливый»	56
	ИТОГО	6/222

2.2 Планируемые результаты

1 год обучения (стартовый (ознакомительный) уровень):

Знать:

- определение понятий и строевые команды;
- технику выполнения физических упражнений;
- основные правила подвижных игр.

Уметь:

- соблюдать правила игр
- выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость);
- проявить смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию;
- применять игровые навыки в жизненных ситуациях.

Владеть:

- приобретенными знаниями и умениями в практической деятельности и повседневной жизни;
- владеть терминологией по изучению спортивных и подвижных игр.

3. Комплекс организационно-педагогических условий

3.1 Учебный план

1 год обучения

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			По итогам раздела:
		всего	теория	практика	
1	Теоретическая подготовка	2	2	-	Собеседование, опрос
1.1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях	3	2	-	
2	Модуль «Быстрый»	54	10	44	Соревнования по изученным играм
3	Модуль «Сильный»	54	10	44	Соревнования по изученным играм
4	Модуль «Ловкий»	56	10	46	Соревнования по изученным играм
5	Модуль «Выносливый»	56	10	46	Соревнования по изученным играм
	Итого:	222	42	180	

3.2 Календарный учебный график

1 год обучения

№	Виды подготовки	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Всего часов
1	Теоритическая подготовка	2	-	-	-	-	-	-	-	-	2
2	Модуль «Быстрый»	6	6	6	6	6	6	6	6	6	54
3	Модуль «Сильный»	6	6	6	6	6	6	6	6	6	54
4	Модуль «Ловкий»	6	6	6	6	6	6	6	7	7	56
5	Модуль «Выносливый»	6	6	6	6	6	6	6	7	7	56
	Всего	26	24	24	24	24	24	24	26	26	222

3.3 Оценочные материалы

Протоколы соревнований, грамоты, дипломы.

Формы аттестации:

Промежуточная: опрос, тестирование, анкетирование, выполнение упражнений, педагогическое наблюдение, контрольное занятие, открытое занятие.

Итоговая: соревнование, коллективный анализ соревнований.

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: беседа, наблюдение, учёт личностных достижений воспитанников на соревнованиях. По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний и практических навыков проводится посредством проведения «весёлых стартов», командных и индивидуальных соревнований.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 4-х модулей.

Уровень освоения программы ниже среднего – ребёнок овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, плохо переключаются с одного вида физической деятельности на другой, алгоритм упражнений забывается. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Допускает нарушение правил подвижных игр. Необходимы все виды помощи: значительная - в начале изучения нового физического упражнения, элемента, задания, затем – на каждом этапе работы.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%; умения и навыки сформированы, но не достаточно закреплены на практике. Двигательные упражнения выполняются, но с ошибками. Не достаточно объясняют выполняемые действия. Способен оценить движения других детей, способен организовать подвижные игры и упражнения с небольшой подгруппой сверстников. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения. Нуждаются как в активизирующей, так и в организующей помощи учителя.

Уровень освоения программы выше среднего – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; умения и навыки сформированы, знания не теряются, учащийся может применить их для выполнения аналогичных заданий и двигательных упражнений на практике. Учащиеся движениями овладевают быстро, требуется незначительная активизирующая помощь педагога. Проявляет элементы творчества в двигательной активности: самостоятельно составляет простые варианты из усвоенных физических упражнений и игр, стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

Оценить успешность обучающихся можно, если знать их уровень в начале года, в середине года и в конце года. В начале учебного года (сентябрь) проводится входной контроль, середине года (январь) проводится текущий контроль, это позволит педагогу увидеть имеющиеся недоработки и вовремя скорректировать работу с обучающимися, в конце года (май) проводится итоговый контроль, проверяется уровень усвоения программы, изученной за год обучения.

Формы контроля качества образовательного процесса:

- беседа;
- наблюдение;
- участие в подвижных играх,
- участие в соревнованиях.

3.4 Методические материалы

В процессе реализации программы используются различные методы, направленные на укрепление физического здоровья воспитанников .

- словесные (беседа, объяснение) - словесное объяснение педагогом задания;
- практические (физические упражнения) .
- наглядные - показ педагогом правильности выполнения упражнений (демонстрация педагогом физических упражнений)

Методы воспитания:

- метод создания воспитывающих ситуаций – перед ребенком встает проблема выбора определенных решений;
- ситуация успеха – предоставление каждому ребенку максимальной возможности испытать радость успеха, яркое ощущение своей нужности, востребованности и полезности.

Современные образовательные технологии:

- игровые – естественный источник радостных эмоций, движения;
- педагогика сотрудничества – современный поиск истины;
- технология индивидуального обучения - работа с каждым ребенком;
- здоровьесберегающие технологии – формирование у воспитанников необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни.

Педагогические образовательные технологии:

- Технология индивидуального обучения - выбор способов, темпов, приема обучения обусловлен индивидуальными особенностями детей;
- Здоровьесберегающие технологии - формирование у воспитанников знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни, использование полученных знаний в жизни; забота о сохранении и укреплении здоровья обучающихся.

Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях.

Тема 1. Введение в образовательную программу. Знакомство с детьми, ознакомление с программой; инструктаж по ТБ. Предупреждение травмоопасных ситуаций. Отличие физических упражнений от естественных двигательных действий. Правила поведения в спортивном зале. Организация места для занятий. Понятие о спортивной форме.

Модуль «Быстрый». Содержание модуля

Тема 1. Строевые упражнения. Теория: Знакомство с понятиями «шеренга» и «колонна». Знакомство со строевыми командами: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!». Практика: отработка строевых упражнений посредством подвижных игр. Подвижные игры: «На свои места» или «В колонну», «Кто быстрее в колонну?» «По свистку», «Ловишки».

Тема 2. Строевые упражнения. Теория: знакомство с командами: «На вытянутые

руки разойтись!», «На 1, 2 рассчитайсь», «Направо, налево, кругом», «Шагом марш!». Практика: отработка строевых команд и упражнений в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Не ошибись!», «Капитаны», «Невод».

Тема 3. Умеренная ходьба и ходьба с изменением направления. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка скорости передвижения и изменения направления передвижения в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Змейка», «Ловишки», «Море волнуется раз, море волнуется два...». 8

Тема 4. Ходьба на носочках. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Серый волк и зайки», «Два берега».

Тема 5. Ходьба на пятках. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Два берега», «Танцы на углях».

Тема 6. Ходьба широким шагом. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Не попади в болото», «Два берега».

Тема 7. Ходьба приставным шагом. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Скалолазы», «Тонкая тропинка».

Тема 8. Ходьба в полуприседе. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «В засаде», «Низкий потолок».

Тема 9. Ходьба в приседе. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Гуси за рекой», «В засаде».

Тема 10. Ходьба и бег спиной вперед. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического

упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Поводырь», «По свистку».

Тема 11. Бег по сигналу. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Повар и котята», «Пятнашки».

Тема 12. Бег с высоким подниманием бедра. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Не попади в болото», «Рыбак и рыбки», «Быстро по местам».

Тема 13. Бег с захлёстыванием голени. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Рыбак и рыбки», «Ловишки», «Ключик».

Тема 14. Бег с прямыми ногами. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «На рыбалке», «Буратино».

Тема 15. Бег спиной вперёд. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Самый быстрый», «Поводырь», «К своим флажкам».

Тема 16. Бег с изменением направления. Бег змейкой. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Невод», «Два берега», «Рыбки».

Тема 17. Итоговое занятие. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил соревнований. Практика: проведение командных соревнований, «Весёлых стартов».

Модуль «Сильный». Содержание модуля

Тема 1. Прыжки на месте. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил

подвижных игр. Практика: отработка техники прыжков на одной, на двух ногах, с поворотами вправо-влево в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Болото», «Быстрый зайка», «Рыбак и рыбки», «Попрыгунчик».

Тема 2. Прыжки с продвижением вперёд и назад. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники прыжков с продвижением вперёд и назад в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Быстрый зайка», «Не попадись», «Не попадись в болото».

Тема 3. Прыжки левым и правым боком. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники прыжков левым и правым боком в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «С кочки на кочку», «Найди свой домик».

Тема 4. Прыжки в длину с места. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники прыжков в длину с места в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Кенгуру», «Зайцы и волк».

Тема 5. Прыжки через скакалку. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники прыжков на скакалке в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Волк и семеро козлят», «Десятки».

Тема 6. Полуприседы и приседы. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники приседаний в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Уточки», «Передал – садись».

Тема 7. Прыжки с приседа, полуприседа. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения прыжков с приседа, полуприседа в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Попрыгунчик», «Кто выше прыгнет?», «Лягушата».

Тема 8. Упражнения с использованием мяча. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием мяча. Подвижные игры: «Мяч в стенку», «Гол в ворота», «Сбей предмет», «Пас в кругу» «Ловко и быстро».

Тема 9. Упражнения с использованием скакалки. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений;

обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием скакалки. Подвижные игры: «Часы», «Выручалочка».

Тема 10. Упражнения с использованием каната. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием каната. Подвижные игры: «Змейка», «Канатная дорожка», «Перетягивание каната».

Тема 11. Упражнения с использованием обруча. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием обруча. Подвижные игры: «Каракатица», «Тоннель», «Быстрый змей», «Меткий стрелок».

Тема 12. Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием гимнастической скамейки. Подвижные игры: «С берега на берег», «По мосту».

Тема 13. Лазанье по гимнастической стенке. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием гимнастической стенки. Подвижные игры: «Пожарные на учении», «Смелые верхолазы».

Тема 14. Упражнения на развитие координации движений. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры, направленные на развитие координации движений. Подвижные игры: «Баскетболист», «Кошки – мышки», «Мяч в цели».

Тема 15. Упражнение с партнёром. Практика: подвижные игры, направленные на взаимодействие с партнёром. Подвижные игры: «Догони свою пару», «Фигуры», «Зеркало».

Тема 16. Бег с ускорением. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр. Практика: проведение подвижных игр, направленных на развитие скоростного бега. Подвижные игры: «День и ночь», «Пятнашки», эстафета.

Тема 17. Итоговое занятие. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил соревнований. Практика: проведение командных соревнований, «Весёлых стартов».

Модуль «Ловкий». Содержание модуля

Тема 1. Гимнастические вольные упражнения. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка гимнастических вольных упражнений, направленных на развитие сложной координации движений. Подвижные игры: «Мост над рекой», «Весёлая гимнастика», «Море волнуется раз...».

Тема 2. Акробатические упражнения. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка акробатических упражнений: прыжки, кувырки, перевороты, перекаты с простыми сочетаниями из этих элементов. Подвижные игры: «Быстрые перекаты», «Ловцы и раки», «Акробатическая цепочка», «Быстро по местам».

Тема 3. Упражнения в лазании. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техник лазания: лазание в висе, смешанном висе или упоре, перелезания в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Кто быстрее до флажка», «Пожарные на учении», «Скалолазы».

Тема 4. Упражнения в балансировании на уменьшенной площади опоры. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка упражнений в балансировании на уменьшенной площади опоры. Подвижные игры: «Мост над пропастью», «С берега на берег», «Переправа».

Тема 5. Упражнения в перебрасывании, ловле различными способами малых набивных и теннисных мячей. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка навыка работы с мячами в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Пас в кругу», «Ловко и быстро».

Тема 6. Прыжки в высоту и длину с места, разбега. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Скок – поскок», «Вороны», «Достань до цели».

Тема 7. Упражнения с использованием мяча. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил

подвижных игр. Практика: проведение подвижных игр с использованием мяча. Подвижные игры: «Мяч в стенку», «Гол в ворота», «Сбей предмет», «Пас в кругу», «Ловко и быстро».

Тема 8. Эстафеты. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил эстафет.

Тема 9. Итоговое занятие. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил соревнований. Практика: проведение командных соревнований, «Весёлых стартов».

Модуль «Выносливый». Содержание модуля.

Тема 1. Ходьба. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с элементами ходьбы и её вариациями. Подвижные игры: «По сигналу», «Шире шаг», «Великаны – карлики», «Вернись на свое место».

Тема 2. Бег. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с отработкой техники бега. Подвижные игры: «Бездомный заяц», «Граната», «У медведя во бору», «Ловишки», «Догонялки».

Тема 3. Бег. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с отработкой техники бега в различных условиях. Подвижные игры: «Стань первым», «Кто скорее до флажка», «Самолёты», «Ловишки».

Тема 4. Прыжки с продвижением в стороны. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с отработкой техники прыжков с продвижением в стороны. Подвижные игры: «Скок – поскок», «Вороны», «Достань до цели».

Тема 5. Упражнения со скакалкой. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием скакалки. Подвижные игры: «Под ногами», «Море волнуется», «Рыбак и рыбки».

Тема 6. Упражнения с мячом. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием мяча. Подвижные игры: «Граната», «Подбрось, поймай», «Лови – бросай».

Тема 7. Упражнения с партнёром. Теория: демонстрация и объяснение педагогом

точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры, направленные на взаимодействие с партнёром. Подвижные игры: «Догони свою пару», «Фигуры», «Мышеловка», «Два мороза».

Тема 8. Итоговое занятие Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил соревнований. Практика: проведение командных соревнований, «Весёлых стартов»

4. Иные компоненты

4.1 .Условия реализации программы

Наличие тренировочного спортивного зала.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарём.

- комната для переодевания;
- скакалки;
- мячи малые,
- мячи большие;
- кегли;
- обручи;
- комплект фишек;
- гимнастические скамейки;
- гимнастическая стенка;
- кубики;
- свисток.

4.2 Список литературы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р).
4. Назаренко Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений; Владос - Москва, 2017.
5. Пирсон Алан, Хокинс Дэвид Школа мгновенной реакции, ловких движений, быстрых ног и сильных рук. Физическое развитие детей; АСТ, Астрель - Москва, 2014.
6. Степаненкова Э. Я., Сборник подвижных игр. - СПб.: Речь, 2016.
7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации на период от 25 мая 2015 г. №996-р).
8. Киселев, П.А. Подвижные и спортивные игры с мячом / П.А. Киселев. - М.: Планета, 2015. - 593 с
9. Фёдорова, Н. А. Физическая культура. Подвижные игры. Справочник / Н.А. Фёдорова. - М.: Экзамен, 2015. - 497 с.
10. Шмаков С. Нетрадиционные праздники в школе.- /Новая школа/, Москва, 2007.

4.3 Календарный учебно-тематический план

1 год обучения

№	Нед.	Дата план	Дата фактическая	тема	Кол-во часов (академ)	примечание	
1	1	04.09.2024		Введение в образовательную программу. Знакомство с детьми, ознакомление с программой; инструктаж по ТБ. Предупреждение травмоопасных ситуаций. Отличие физических упражнений от естественных двигательных действий.	1		
2		05.09.2024		Правила поведения в спортивном зале. Организация места для занятий. Понятие о спортивной форме.	1		
3		06.09.2024		Строевые упражнения. Теория: Знакомство с понятиями «шеренга» и «колонна». Знакомство со строевыми командами: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!».	2		
4		07.09.2024		Практика: отработка строевых упражнений посредством подвижных игр. Подвижные игры: «На свои места» или «В колонну», «Кто быстрее в колонну?» «По свистку», «Ловишки».	2		
5		2	11.09.2024		Строевые упражнения. Теория: знакомство с командами: «На вытянутые руки разойтись!», «На 1, 2 рассчитайсь», «Направо, налево, кругом», «Шагом марш!».	1	
6			12.09.2024		Практика: отработка строевых команд и упражнений в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Не ошибись!», «Капитаны», «Невод».	1	
7			13.09.2024		Умеренная ходьба и ходьба с изменением направления. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности)	2	

				выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.		
8		14.09.2024		Практика: отработка скорости передвижения и изменения направления передвижения в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Змейка», «Ловишки», «Море волнуется раз, море волнуется два...».	2	
9	3	18.09.2024		Подвижные игры: «Змейка», «Ловишки», «Море волнуется раз, море волнуется два...».	1	
10		19.09.2024		Ходьба на носочках. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	1	
11		20.09.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Серый волк и зайки», «Два берега».	2	
12		21.09.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Серый волк и зайки», «Два берега».	2	
13	4	25.09.2024		Ходьба на пятках. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	1	
14		26.09.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Два берега», «Танцы на углях».	1	
15		27.09.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Два берега», «Танцы на углях».	2	

16		28.09.2024		Ходьба широким шагом. Теория: демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	2	
17	5	02.10.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Не попади в болото», «Два берега».	1	
18		03.10.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Не попади в болото», «Два берега».	1	
19		04.10.2024		Ходьба приставным шагом. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	2	
20		05.10.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Скалолазы», «Тонкая тропинка».	2	
21		6	09.10.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Скалолазы», «Тонкая тропинка».	1
22	10.10.2024			Ходьба в полуприседе. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	1	
23	11.10.2024			Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «В засаде», «Низкий потолок».	2	
24	12.10.2024			Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в	2	

				подвижных играх. Подвижные игры: «В засаде», «Низкий потолок».		
25	7	16.10.2024		Отрабатывание техники выполнения физического упражнения в изученных подвижных играх на выбор детей.	1	
26		17.10.2024		Отрабатывание техники выполнения физического упражнения в изученных подвижных играх на выбор детей.	1	
27		18.10.2024		Ходьба в приседе. Теория: демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	2	
28		19.10.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Гуси за рекой», «В засаде».	2	
29	8	23.10.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Гуси за рекой», «В засаде».	1	
30		24.10.2024		Отрабатывание техники выполнения физического упражнения в изученных подвижных играх на выбор детей.	1	
31		25.10.2024		Ходьба и бег спиной вперед. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	2	
32		26.10.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Поводырь», «По свистку».	2	
33	9	30.10.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в	1	

				подвижных играх. Подвижные игры: «Поводырь», «По свистку».		
34		31.10.2024		Бег по сигналу. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	1	
35		01.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Повар и котята», «Пятнашки».	2	
36		02.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Повар и котята», «Пятнашки».	2	
37	10	06.11.2024		Бег с высоким подниманием бедра. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	1	
38		07.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Не попади в болото», «Рыбак и рыбки», «Быстро по местам».	1	
39		08.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Не попади в болото», «Рыбак и рыбки», «Быстро по местам».	2	
40		09.11.2024		Бег с захлестыванием голени. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	2	
41	11	13.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные	1	

				игры: «Рыбак и рыбки», «Ловишки», «Ключик».		
42		14.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Рыбак и рыбки», «Ловишки», «Ключик».	1	
43		15.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Рыбак и рыбки», «Ловишки», «Ключик».	2	
44		16.11.2024		Отработка техники выполнения физического упражнения в изученных подвижных играх на выбор детей.	2	
45	12	20.11.2024		Бег с прямыми ногами. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	1	
46		21.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «На рыбалке», «Буратино».	1	
47		22.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «На рыбалке», «Буратино».	2	
48		23.11.2024		Бег спиной вперед. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	2	
49	13	27.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Самый быстрый», «Поводырь», «К своим флажкам».	1	
50		28.11.2024		Практика: отработка	1	

				техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Самый быстрый», «Поводырь», «К своим флажкам».		
51		29.11.2024		Бег с изменением направления. Бег змейкой. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.	2	
52		30.11.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Невод», «Два берега», «Рыбки».	2	
53	14	04.12.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Невод», «Два берега», «Рыбки».	1	
54		05.12.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Самый быстрый», «Поводырь», «К своим флажкам».	1	
55		06.12.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Невод», «Два берега», «Рыбки».	2	
56		07.12.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Рыбак и рыбки», «Ловишки», «Ключик».	2	
57	15	11.12.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подготовка к соревнованиям.	1	
58		12.12.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в	1	

				подвижных играх. Подготовка к соревнованиям.		
59		13.12.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подготовка к соревнованиям.	2	
60		14.12.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подготовка к соревнованиям.	2	
61	16	18.12.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подготовка к соревнованиям.	1	
62		19.12.2024		Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подготовка к соревнованиям.	1	
63		20.12.2024		Теория: демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил соревнований.	2	
64		21.12.2024		Итоговое занятие. Практика: проведение командных соревнований, «Весёлых стартов».	2	
65	17	25.12.2024		подвижные игры на выбор детей.	1	
66		26.12.2024		подвижные игры на выбор детей.	1	
67		27.12.2024		подвижные игры на выбор детей.	2	
68		28.12.2024		подвижные игры на выбор детей.	2	
69	18	01.01.2025	выходной	подвижные игры на выбор детей.	1	
70		02.01.2025	выходной	подвижные игры на выбор детей.	1	
71		03.12.2025		подвижные игры на выбор детей.	2	
		04.01.2025		подвижные игры на выбор детей.	2	

72	19	08.01.2025		Прыжки на месте. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	1	
73		09.01.2025		Прыжки с продвижением вперед и назад. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.	1	
74		10.01.2025		Практика: отработка техники прыжков с продвижением вперед и назад в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Быстрый зайка», «Не попадись», «Не попадись в болото».	2	
75		11.01.2025		Практика: отработка техники прыжков с продвижением вперед и назад в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Быстрый зайка», «Не попадись», «Не попадись в болото».	2	
76		20	15.01.2025		Прыжки левым и правым боком. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.	1
77	16.01.2025			Практика: отработка техники прыжков левым и правым боком в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «С кочки на кочку», «Найди свой домик».	1	
78	17.01.2025			Практика: отработка техники прыжков левым и правым боком в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «С кочки на кочку», «Найди свой домик».	2	
79	18.01.2025			Прыжки в длину с места. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение	2	

				правил подвижных игр.		
80	21	22.01.2025		Практика: отработка техники прыжков в длину с места в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Кенгуру», «Зайцы и волк».	1	
81		23.01.2025		Практика: отработка техники прыжков в длину с места в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Кенгуру», «Зайцы и волк».	1	
82		24.01.2025		Прыжки через скакалку. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	2	
83		25.01.2025		Практика: отработка техники прыжков на скакалке в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Волк и семеро козлят», «Десятки».	2	
84	22	29.01.2025		Практика: отработка техники прыжков на скакалке в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Волк и семеро козлят», «Десятки».	1	
85		30.01.2025		Проведение командных соревнований.	1	
86		31.01.2025		Проведение командных соревнований.	2	
87		01.02.2025		Проведение командных соревнований.	2	
88	23	05.02.2025		Полуприседы и приседы. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.	1	
89		06.02.2025		Практика: отработка техники приседаний в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Уточки», «Передал – садись».	1	
90		07.02.2025		Практика: отработка техники приседаний в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Уточки», «Передал – садись».	2	
91		08.02.2025		Подвижные игры на выбор детей.	2	

92	24	12.02.2025		Подвижные игры на выбор детей.	1	
93		13.02.2025		Подвижные игры на выбор детей.	1	
94		14.02.2025		Проведение командных соревнований по изученным подвижным играм.	2	
95		15.02.2025		Проведение командных соревнований по изученным подвижным играм.	2	
96	25	19.02.2025		Проведение командных соревнований по изученным подвижным играм.	1	
97		20.02.2025		Прыжки с приседа, полуприседа. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	1	
98		21.02.2025		Практика: отработка техники выполнения прыжков с приседа, полуприседа в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Попрыгунчик», «Кто выше прыгнет?», «Лягушата».	2	
99		22.02.2025		Практика: отработка техники выполнения прыжков с приседа, полуприседа в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Попрыгунчик», «Кто выше прыгнет?», «Лягушата».	2	
100	26	26.02.2025		Упражнения с использованием мяча. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.	1	
101		27.02.2025		Практика: подвижные игры с использованием мяча. Подвижные игры: «Мяч в стенку», «Гол в ворота», «Сбей предмет», «Пас в кругу» «Ловко и быстро».	1	
102		28.02.2025		Практика: подвижные игры с использованием мяча. Подвижные игры: «Мяч в стенку», «Гол в ворота»,	2	

				«Сбей предмет», «Пас в кругу» «Ловко и быстро».		
103		01.03.2025		Упражнения с использованием скакалки. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием скакалки. Подвижные игры: «Часы», «Выручалочка».	2	
104	27	05.03.2025		Практика: подвижные игры с использованием скакалки. Подвижные игры: «Часы», «Выручалочка».	1	
105		06.03.2025		Практика: подвижные игры с использованием скакалки. Подвижные игры: «Часы», «Выручалочка».	1	
106		07.03.2025		Упражнения с использованием каната. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.	2	
107		08.03.2025	праздничн ый	Практика: подвижные игры с использованием каната. Подвижные игры: «Змейка», «Канатная дорожка», «Перетягивание каната».	2	
108	28	12.03.205		Практика: подвижные игры с использованием каната. Подвижные игры: «Змейка», «Канатная дорожка», «Перетягивание каната».	1	
109		13.03.2025		Упражнения с использованием обруча. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.	1	
110		14.03.2025		Практика: подвижные игры с использованием обруча. Подвижные игры: «Каракатица», «Тоннель», «Быстрый змей», «Меткий стрелок».	2	

111		15.03.2025		Практика: подвижные игры с использованием обруча. Подвижные игры: «Каракатица», «Тоннель», «Быстрый змей», «Меткий стрелок».	2	
112	29	19.03.2025		Упражнения с использованием гимнастической скамейки. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.	1	
113		20.03.2025		Практика: подвижные игры с использованием гимнастической скамейки. Подвижные игры: «С берега на берег», «По мосту».	1	
114		21.03.2025		Практика: подвижные игры с использованием гимнастической скамейки. Подвижные игры: «С берега на берег», «По мосту».	2	
115		22.03.2025		Лазанье по гимнастической стенке. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физического упражнения; обсуждение правил подвижных игр.	2	
116		30	26.03.2025		Практика: подвижные игры с использованием гимнастической стенки. Подвижные игры: «Пожарные на учении», «Смелые верхолазы».	1
117		27.03.2025		Практика: подвижные игры с использованием гимнастической стенки. Подвижные игры: «Пожарные на учении», «Смелые верхолазы».	1	
118		28.03.2025		Упражнения на развитие координации движений. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.	2	
119		29.03.2025		Практика: подвижные игры, направленные на развитие	2	

				координации движений. Подвижные игры: «Баскетболист», «Кошки – мышки», «Мяч в цели».		
120	31	02.04.2025		Практика: подвижные игры, направленные на развитие координации движений. Подвижные игры: «Баскетболист», «Кошки – мышки», «Мяч в цели».	1	
121		03.04.2025		Упражнения на развитие координации движений. демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр.	1	
122		04.04.2025		Практика: подвижные игры, направленные на развитие координации движений. Подвижные игры: «Баскетболист», «Кошки – мышки», «Мяч в цели».	2	
123		05.04.2025		Практика: подвижные игры, направленные на развитие координации движений. Подвижные игры: «Баскетболист», «Кошки – мышки», «Мяч в цели».	2	
124		09.04.2025		Упражнение с партнёром. Практика: подвижные игры, направленные на взаимодействие с партнёром. Подвижные игры: «Догони свою пару», «Фигуры», «Зеркало».	1	
125	10.04.2025		Упражнение с партнёром. Практика: подвижные игры, направленные на взаимодействие с партнёром. Подвижные игры: «Догони свою пару», «Фигуры», «Зеркало».	1		
126	11.04.2025		Упражнение с партнёром. Практика: подвижные игры, направленные на взаимодействие с партнёром. Подвижные игры: «Догони свою пару», «Фигуры», «Зеркало».	2		
127	12.04.2025		Бег с ускорением. Практика: проведение подвижных игр,	2		

				направленных на развитие скоростного бега. Подвижные игры: «День и ночь», «Пятнашки», эстафета.		
128	33	16.04.2025		Практика: проведение подвижных игр, направленных на развитие скоростного бега. Подвижные игры: «День и ночь», «Пятнашки», эстафета.	1	
129		17.04.2025		Итоговое занятие. Практика: проведение командных соревнований, «Весёлых стартов».	1	
130		18.04.2025		Гимнастические вольные упражнения. Теория: демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; Практика: отработка гимнастических вольных упражнений, направленных на развитие сложной координации движений. Подвижные игры: «Мост над рекой», «Весёлая гимнастика», «Море волнуется раз...».	2	
131		19.04.2025		Акробатические упражнения. Теория: демонстрация и объяснение точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка акробатических упражнений: прыжки, кувырки, перевороты, перекаты с простыми сочетаниями из этих элементов. Подвижные игры: «Быстрые перекаты», «Ловцы и раки», «Акробатическая цепочка», «Быстро по местам».	2	
132	34	23.04.2025		Акробатические упражнения. Подвижные игры: «Быстрые перекаты», «Ловцы и раки», «Акробатическая цепочка», «Быстро по местам».	1	
133		24.05.2025		Упражнения в лазании. Теория: демонстрация и объяснение педагогом	1	

				<p>точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техник лазания: лазание в висе, смешанном висе или упоре, перелезания в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Кто быстрее до флажка», «Пожарные на учении», «Скалолазы».</p>		
134		25.04.2025		<p>Упражнения в балансировании на уменьшенной площади опоры. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка упражнений в балансировании на уменьшенной площади опоры. Подвижные игры: «Мост над пропастью», «С берега на берег», «Переправа».</p>	2	
135		26.04.2025		<p>Упражнения в перебрасывании, ловле различными способами малых набивных и теннисных мячей. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка навыка работы с мячами в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Пас в кругу», «Ловко и быстро».</p>	2	
136	35	30.04.2025		<p>Упражнения в перебрасывании, ловле различными способами малых набивных и теннисных мячей. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка</p>	1	

				навыка работы с мячами в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Пас в кругу», «Ловко и быстро».		
137		01.05.2025	праздничн ый день	Практика: отработка навыка работы с мячами в процессе подвижных игр. Подвижные игры: «Пас в кругу», «Ловко и быстро».	1	
138		02.05.2025		Прыжки в высоту и длину с места, разбега. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: отработка техники выполнения физического упражнения в подвижных играх. Подвижные игры: «Скок – поскок», «Вороны», «Достань до цели».	2	
139		03.05.2025		Упражнения с использованием мяча. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: проведение подвижных игр с использованием мяча. Подвижные игры: «Мяч в стенку», «Гол в ворота», «Сбей предмет», «Пас в кругу», «Ловко и быстро».	2	
140	36	07.05.2025		Эстафеты. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил эстафет	1	
141		08.05.2025		Ходьба. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с элементами ходьбы и её вариациями. Подвижные игры: «По сигналу», «Шире шаг»,	1	

				«Великаны – карлики», «Вернись на свое место».		
142		09.05.2025	празднич ый день	Подвижные игры: «По сигналу», «Шире шаг», «Великаны – карлики», «Вернись на свое место».	2	
143		10.05.2025		Бег. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с отработкой техники бега. Подвижные игры: «Бездомный заяц», «Граната», «У медведя во бору», «Ловишки», «Догонялки».	2	
144	37	14.05.2025		Бег. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с отработкой техники бега в различных условиях. Подвижные игры: «Стань первым», «Кто скорее до флажка», «Самолёты», «Ловишки».	1	
145		15.05.2025		Прыжки с продвижением в стороны. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с отработкой техники прыжков с продвижением в стороны. Подвижные игры: «Скок – поскок», «Вороны», «Достань до цели».	1	
146		16.05.2025		Упражнения со скакалкой. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием скакалки. Подвижные игры: «Под ногами», «Море волнуется», «Рыбак и рыбки».	2	

147		17.05.2025		Упражнения с мячом. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры с использованием мяча. Подвижные игры: «Граната», «Подбрось, поймай», «Лови – бросай».	2	
148	38	21.05.2025		Упражнения с партнёром. Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил подвижных игр. Практика: подвижные игры, направленные на взаимодействие с партнёром. Подвижные игры: «Догони свою пару», «Фигуры», «Мышеловка», «Два мороза».	1	
149		22.05.2025		Итоговое занятие Теория: демонстрация и объяснение педагогом точности (верности) выполнения физических упражнений; обсуждение правил соревнований. Практика: проведение командных соревнований, «Весёлых стартов»	1	
150		23.05.2025		проведение командных соревнований, «Весёлых стартов»	2	
151		24.05.2025		проведение командных соревнований, «Весёлых стартов»	2	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428819

Владелец Соловьева Ирина Александровна

Действителен с 25.10.2024 по 25.10.2025