

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Алтайского края**  
**Комитет по образованию и молодежной политике Администрации**  
**Павловского района**  
**МБОУ "Арбузовская СОШ"**

РАССМОТРЕНО  
ШМО спортивно-  
творческого направления



Савельева Т.С.  
протокол № 1 от «29»  
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ОУ



Саблина С.В.

Приказ № 155 от «30»  
августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
внеурочной деятельности  
«Подвижные игры»  
(оздоровительная направленность)  
Начальное общее образование  
1 – 2 класс  
2024-2025 год

Составитель:  
Савельева Татьяна Сергеевна  
Учитель физической культуры,  
первая квалификационная категория

ст. Арбузовка 2024

## **Пояснительная записка**

Программа разработана на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования;

Примерной основной образовательной программы начального общего образования.

### **Цель:**

Формирование умений и навыков повышения двигательной активности у обучающихся через активизацию интереса к учебному курсу «Подвижные игры с элементами спортивных игр», укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

### **Задачи:**

- Формирование у обучающихся умений и навыков в выполнении физических упражнений, направленных на укрепление их здоровья, профилактику заболеваний, вредных привычек;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование первоначальных умений саморегуляции;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

### **Общая характеристика курса**

Предметом обучения курса «Подвижные игры с элементами спортивных игр» в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения учебного занятия является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

### **Ценностные ориентиры учебного курса**

Содержание учебного курса «Подвижные игры с элементами спортивных игр» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

### **Описание места учебного курса**

Курс «Подвижные игры с элементами спортивных игр» изучается с 1 по 4 класс в объёме 135 часов: в 1 классе - 33 часа по 1 часу в неделю (33 учебные недели), во 2-4 классах по 34 часа из расчёта 1 ч в неделю (34 учебные недели)

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса**

#### ***Личностные результаты:***

- чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управления своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

#### ***Метапредметные результаты:***

- обращение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе ее выполнения;
- видение красоты движений, выделение и обосновывание эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями при обращении со сверстниками и взрослыми, сдержанность, рассудительность;
- соблюдение правил игры.

#### ***Предметные результаты:***

- представление подвижных игр как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

## Содержание курса

### 1 класс

Техника безопасности во время игр.

Разновидности игр.

Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря.

**Игры с бегом:** «Быстро возьми – быстро положи», «Перемени предмет», «Жмурки», «Ловишки», «Два мороза», «Краски», «Салки», «У медведя во бору», «Коршун и наседка».

**Игры с прыжками:** «Волк во ров», «Удочка», «Не намочи ноги», «Воробьи и кошка», «Лягушка и цапля».

**Игры с метанием:** «Мяч через веревку», «Охотники и зайцы», «Кто самый меткий?», «Штандер».

**Игры с элементами акробатики:** «Быстро встать в колонну», «Хоровод», «Построй круг», «Что изменилось?», «Ищи своего командира», «Море волнуется», «Группа смирно!», «Быстро по местам», «У ребят порядок строгий», «Космонавты», «Все скорее ко мне», «Паровоз», «Светофор», «Кто быстрее к флажку?», «Крокодил», «Котята и щенята», «Раки», «Переползи не - урони», «Перелет птиц», «Белки в лесу», «Пастух и стадо», «Ловля обезьян», «Пожарные на учении», «Лисы и куры», «Кошка и мышки», «Разойдись - не упади», «Канатоходец», «Шагай через кочки», «Переправа», «Через холодный ручей», «Донеси мешочек», «Не оставайся на земле», «Совушка», «Фигуры», «Через ручей», «С кочки на кочку», «Паук и мухи», «Зайцы в огороде», «Отгадай, чей голосок», «Салки на марше».

**Народные игры:** «Гуси – лебеди»; «Палочка выручалочка»; «Кот и мыши»; «Иголка, нитка, узелок»; «Ястребы и ласточки»; «Цыплята»; «Пустое место».

### 2 класс

Техника безопасности во время игр. Для чего играют в игры?

Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря.

**Игры на внимание:** «Что изменилось?», «Запрещенное движение», «Отгадай, чей голос».

**Игры с бегом:** «Салки», «Займи пустое место», «Конники-спортсмены», «Два мороза», «Удочка», «Оленьи прыжки», «Скачки на одной», «Быстрая лягушка», «Стаи рыбок», «Вертолет», «Ловишки с мячом», «Стоп!», «Мяч через веревочку», «Кто дальше бросит?», «Метко в цель», «По названным мишеням», «Метание палки на дальность» и другие, разученные в 1 классе.

**Игры с элементами акробатики:** «Кто быстрее к флажку», «Переползи — не урони», «Кто дольше не уронит», «Парашютисты», «Медвежата за медом», «Скопируй позы», «Воздух, вода, земля, ветер», «Бой медвежат», «Перетягивание палки» и другие, разученные в 1 классе.

**Народные игры:** «Крепость»; «Филин и пташки»; «Краски»; «Ловишка по кругу»; «Птицелов»; «Волк и ягнята»; «Продам горшочки»; «Займи место». «Перехватчики»; «Ручейки и озера».

**Народные игры:** «Горелки»; «Мяч вверх»; «Блуждающий мяч»; «Стрелок», «Невод»; «Третий лишний»; «Иванка»; «Просо»; «Заплетись плетень»; «Перехватчики»; «Ручейки и озера»; «Салки»; «Ястребы и ласточки»; «Лапта».

**Спортивные игры:** элементы игры баскетбол: ведение, передачи, броски мяча. Игра «пионербол», баскетбол по упрощённым правилам.

### Календарно - тематическое планирование 1 класс

№ урока	Тема/ содержание	Сроки	МТБ, ЭОР
1	<b>Техника безопасности во время игр.</b> Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Развитие физических качеств.	1 неделя	Флажки <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
2	<b>Разновидности игр. Игры с бегом.</b> ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	2 неделя	Свисток, флажки
3	<b>Игры с бегом. ОФП.</b> ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Быстро возьми – быстро положи». Способствовать развитию физических качеств.	3 неделя	Свисток, предметы для переноса, флажки. <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
4	<b>Игры на свежем воздухе с бегом.</b> ОРУ. Игры: «Быстро возьми – быстро положи», «Перемени предмет». Эстафеты. Развивать скоростные качества.	4 неделя	Свисток, предметы для переноса.
5	<b>Игры на внимание, игры с бегом</b> ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Перемени предмет», «Гуси-лебеди». Эстафеты. Способствовать развитию ловкости и скорости.	5 неделя	Кегли. <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
6	<b>Игры с прыжками и бегом.</b> ОФП. Игры: «Пятнашки», «Жмурки», «Воробы и кошка».	6 неделя	Свисток, платок.

	Способствовать развитию физических качеств.		<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
7	<b>Игры на внимание, эстафеты с бегом.</b> ОРУ. Игры: «Жмурки», «Ловишки». Эстафеты. Развитие скоростно – силовых качеств.	7 неделя	Платок, мячи.
8	<b>Игры с прыжками и бегом.</b> ОРУ. Игры: «Ловишки», «Краски». Способствовать развитию физических качеств.	8 неделя	Свисток. <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
9	<b>Игры с прыжками ОФП.</b> ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	9 неделя	Свисток, скакалки.
10	<b>Беговые упражнения. Игры с прыжками.</b> ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Способствовать развитию скоростно – силовых качеств.	10 неделя	Свисток. <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
11	<b>Ведение мяча на месте и в движении.</b> ОРУ в движении. Ведение мяча на месте. Игры: «Салки», «У медведя во бору». Способствовать развитию физических качеств.	11 неделя	Свисток, мячи
12	<b>Ведение мяча в движении.</b> ОРУ в движении. Ведение мяча на месте и в движении. Игры: «Салки», «У медведя во бору».	12 неделя	Свисток, мячи. <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
13	<b>Метание мяча в вертикальную цель.</b> ОРУ в движении. Метание. Игры: «Прыгающие воробушки», «Коршун и наседка». Развитие скоростно - силовых способностей.	13 неделя	Свисток, мячи для метания
14	<b>Прыжки через скакалку. Игры.</b> ОРУ в движении. Прыжки через скакалку. Игры: «Коршун и наседка», «Удочка». Способствовать развитию координационных способностей.	14 неделя	Свисток Скакалки
15	<b>Подвижные игры с бегом.</b> ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	15 неделя	Скамейки, свисток. <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

16	<b>Подвижные игры с прыжками.</b> ОРУ в движении. Игры: «Удочка», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно – силовых качеств.	16 неделя	Свисток, веревочка с мешочком.
17	<b>Метание мяча. ОФП.</b> ОРУ в движении. Игры: «Охотники и зайцы», «Кто самый меткий?». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	17 неделя	Свисток, мяч.
18	<b>Ведение мяча в движении, прыжки.</b> ОРУ в движении. Игры: «Охотники и зайцы», «Кто самый меткий?». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	18 неделя	Свисток. Теннисные мячи, мишень. <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
19	<b>Встречные эстафеты с бегом и прыжками.</b> ОРУ в движении. Игры: «Что изменилось?», «Космонавты». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	19 неделя	Свисток.
20	<b>Броски и ловля мяча. Игры.</b> ОРУ в движении. Игры: «Что изменилось?», «Космонавты». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых способностей.	20 неделя	Свисток, мячи.
21	<b>Игры на внимание.</b> ОРУ. Игры: «Море волнуется», «У ребят порядок строгий». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	21 неделя	Свисток. <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
22	<b>Ведение мяча в движении. Игры.</b> ОРУ в движении. Игры: «Море волнуется», «У ребят порядок строгий».	22 неделя	Свисток.
23	<b>Подвижные игры с бегом и прыжками.</b> ОРУ в движении. Игры: «Белки в лесу», «Паровоз». Развитие скоростно - силовых способностей.	23 неделя	Свисток.
24	<b>Эстафеты с прыжками и бегом.</b> Подвижные игры. ОРУ в парах. Игры: «Белки в лесу», «Паровоз». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых способностей.	24 неделя	Свисток.
25	<b>Прыжки. Игры с бегом.</b> ОРУ в парах. Игры: «Светофор», «Кошка и мышки». Способствовать развитию физических качеств.	25 неделя	Свисток.
26	<b>Игры на внимание. Эстафеты.</b> ОРУ. Игры: «Светофор», «Кошка и мышки». Способствовать развитию физических качеств.	26 неделя	Свисток. <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

27	<b>Подвижные игры с прыжками.</b> ОРУ. Игры: «Канатоходец», «Шагай через кочки». Эстафеты.	27 неделя	Канат, свисток, набивные мячи.
28	<b>Игры с элементами акробатики.</b> ОРУ. Игры: «Канатоходец», «Шагай через кочки». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых способностей.	28 неделя	Канат, набивные мячи.
29	<b>Встречные эстафеты с мячом.</b> ОРУ. Игры: «Переправа», «Донеси мешочек». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	29 неделя	Мешочки с песком, свисток.  <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
30	<b>ОФП. Подвижные игры с прыжками.</b> ОРУ в парах. Игры: «Переправа», «Донеси мешочек». Способствовать развитию физических качеств.	30 неделя	Свисток, мешочки с песком.
31	<b>Ведение мяча с изменением направления.</b> ОРУ в парах. Игры: «Не оставайся на земле», «Совушка». Способствовать развитию физических качеств.	31 неделя	Свисток.
32	<b>Прыжки, лазанье, ОФП.</b> ОРУ в движении. Игры: «Не оставайся на земле», «Совушка». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	32 неделя	Свисток. <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
33	<b>Встречные эстафеты с бегом и прыжками.</b> ОРУ в движении. Игры: «Отгадай, чей голосок». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	33 неделя	Свисток.

тематическое планирование 2 класс



№ урока	Тема/ содержание	Сроки	МТБ, ЭОР
1	<p><b>Техника безопасности во время игр. Игры.</b></p> <p>Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря.</p> <p>Подвижные игры. ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Способствовать развитию физических качеств.</p>	1 неделя	Свисток, флажки.  <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
2	<p><b>Для чего играют в игры? Эстафеты.</b></p> <p>Подвижные игры. ОРУ. Игры: «Два мороза». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.</p>	2 неделя	Свисток.
3	<p><b>Подвижные игры с бегом.</b> ОРУ в движении. Игры: «Пятнашки», «Что изменилось?». Способствовать развитию физических качеств.</p>	3 неделя	Свисток.
4	<p><b>Игры с прыжками. Лазанье.</b> ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Что изменилось?». Эстафеты. Развитие скоростно – силовых способностей.</p>	4 неделя	Свисток.
5	<p><b>ОФП. Эстафеты с бегом и прыжками.</b> ОРУ. Игры: «Попади в мяч», «Верёвочка под ногами». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.</p>	5 неделя	Мячи, свисток, веревка.
6	<p><b>Встречные эстафеты с ведением мяча.</b> ОРУ. Игры: Игра «Салки с выручкой». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.</p>	6 неделя	Свисток, мячи.  <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
7	<p><b>Подвижные игры с прыжками.</b> ОРУ. Игры: «Салки с выручкой», «Верёвочка под ногами». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых способностей.</p>	7 неделя	Свисток, веревка.
8	<p><b>Игры на внимание, Прыжки.</b> Подвижные игры. ОРУ. Игры: «Посадка картошки», «Запрещенное движение». Способствовать развитию физических качеств.</p>	8 неделя	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
9	<p><b>Броски и ловля мяча. Игры.</b> ОРУ в парах. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Развитие скоростно - силовых способностей.</p>	9 неделя	Свисток.

10	<b>Ведение мяча с изменением направления и отскока.</b> ОРУ в парах. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	10 неделя	Свисток.
11	<b>Игры на внимание, игры с прыжками.</b> ОРУ в движении. Игры: «Отгадай, чей голос», «Займи пустое место». Способствовать развитию физических качеств.	11 неделя	Свисток.
12	<b>Эстафеты с мячом, бегом и прыжками.</b> ОРУ в движении. Игры: «Отгадай, чей голос», «Займи пустое место». Эстафеты. Способствовать развитию ловкости и скорости.	12 неделя	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
13	<b>Подвижные игры с бегом и прыжками.</b> ОРУ в движении. Игры: «Салки», «Удочка». Способствовать развитию физических качеств.	13 неделя	Свисток, скакалка.
14	<b>Перебрасывание мяча через сетку.</b> ОРУ в движении. Работа с мячом. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Способствовать развитию физических качеств.	14 неделя	Свисток. скамейки.
15	<b>ОФП. Подвижные игры с бегом и прыжками.</b> ОФП. Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты. Развитие скоростно – силовых способностей.	15 неделя	Свисток. Гимнастические скамейки.
16	<b>Встречные эстафеты с ведением мяча.</b> ОРУ в движении. Игры: «Салки», «Удочка». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	16 неделя	Свисток.
17	<b>Правила пионербола. Прыжки в игре.</b> ОРУ в парах. Игры: «Ловишки с мячом», «Мяч через веревочку». Развитие скоростно - силовых способностей.	17 неделя	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
18	<b>Подвижные игры с мячом.</b> ОРУ в парах. Игры: «Ловишки с мячом», «Мяч через веревочку». Способствовать развитию физических качеств в игре.	18 неделя	Свисток. Мячи.
19	<b>Игра пионербол. Броски мяча через сетку.</b> ОРУ в движении. Игры: «Кто дальше бросит», «Змейка». Способствовать	19 неделя	Свисток. Мячи.

	развитию физических качеств.		
20	<b>Подача мяча в игре пионербол.</b> Подвижные игры. ОРУ в движении. Игры: «Кто дальше бросит», «Змейка». Развитие силы и ловкости в игре.	20 неделя	Свисток. Мячи.
21	<b>Силовая гимнастика. Броски набивного мяча.</b> ОРУ в движении. Игры: «По названным мишеням», «Метание мяча на дальность». Способствовать развитию силы и выносливости.	21 неделя	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
22	<b>Подвижные игры с бегом.</b> ОРУ в движении. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Развитие скоростных способностей.	22 неделя	Свисток.
23	<b>Встречные эстафеты с бегом и прыжками.</b> ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	23 неделя	Свисток, мел.
24	<b>Игры с бегом и прыжками.</b> Беговые упражнения. ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волкво рву». Способствовать развитию физических качеств.	24 неделя	Свисток, мел.
25	<b>ОФП. Метание мяча в игре.</b> Подвижные игры. ОРУ в движении. Игры: «По названным мишеням», «Метание мяча на дальность». Способствовать развитию меткости.	25 неделя	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
26	<b>Подвижные игры с мячом.</b> ОРУ. Игры: «Кто быстрее к флажку», «Кто дольше не уронит», «Метко в цель». Способствовать развитию физических качеств.	26 неделя	Флажки. Теннисный мяч.
27	<b>Игры на внимание. Беговые упражнения.</b> ОРУ. Игры: «Выше ноги от земли», «Кто дольше не уронит». Способствовать развитию физических качеств.	27 неделя	Флажки. Теннисный мяч.
28	<b>ОФП. Игры с прыжками и бегом.</b> ОРУ в движении. Игры: «Медвежата за медом», «Парашютисты». Способствовать развитию физических качеств.	28 неделя	Свисток.
29	<b>Встречные эстафеты с подлезанием, бегом, прыжками.</b> Игры: «Медвежата за	29 неделя	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

	медом», «Парашютисты». Эстафеты. Развитие скоростно - силовых способностей.		
30	<b>Подвижные игры по выбору детей.</b> ОРУ в движении. Игры: «Скопируй позы», «Воздух, вода, земля, ветер». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств в игре.	30 неделя	Свисток. Мяч.
31	<b>Игра в пионербол. Силовая гимнастика.</b> ОРУ. Игры: «Скопируй позы», «Воздух, вода, земля, ветер». Способствовать развитию физических качеств.	31 неделя	Свисток. Мяч.
32	<b>Первенство класса по силовым упражнениям.</b> ОРУ. Игры: «Бой медвежат», «Перетягивание каната» Способствовать развитию физических качеств в игре.	32 неделя	Свисток. Палка.
33	<b>Эстафеты с бегом и прыжками.</b> ОРУ. Игры: «Салки», «Бой медвежат». Эстафеты. Способствовать развитию физических качеств.	33 неделя	Свисток. Палка.
34	<b>Подвижные игры по выбору детей.</b> ОРУ в движении. Игры: «С кочки на кочку», «Не оставайся на земле». Способствовать развитию физических качеств.	34 неделя	Свисток.

Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

<https://resh.edu.ru>