



УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора школы

2023 г.

План спортивной работы.

2023 — 2024 учебный год

Подвижные игры (руководитель Вильгельм И.Я.)

№ п/п				Тема занятия	Виды деятельности	Кол- во часов
	Дата					
1				Беседа по т.б., знакомство с правилами подвижных игр. «Мы весёлые ребята», «Гуси-лебеди», «У медведя во бору»	Раздел № 1 на всех занятиях: Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности. Раздел № 2 Подвижные игры без мячей (Правила поведения, командных действий закрепление навыков игры)	2
2				Комплекс ОРУ№1(с мячами). Подвижные игры «Часы пробили...», «Разведчики», «Ястреба и куропатки», «Охотник и утки»		2
3				Комплекс ОРУ№1(с мячами). Игры на развитие ловкости: «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки», «Успей встать в пару», «Салки с домиком»		2
4				Комплекс ОРУ№1(с мячами). Игры на развитие внимания: «Воробьи- вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Салки ленточками», «Казаки-разбойники»		2
5				Комплекс ОРУ№1(с мячами). Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Воробушки и коты», «Хитрая лиса»		2
6				Комплекс ОРУ№2Игры на координацию движений: «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «Пчёлы и медведи», «Перебежки с построениями»	Раздел № 1 на всех занятиях. Раздел № 2 Подвижные игры без мячей	2
7				Комплекс ОРУ№2Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Перебежки с выручкой», «Собаки и кошки»		2
8				Комплекс ОРУ№2Игры на развитие ловкости: «Падающая палка», «Гуси», «Горелка», «От линии до линии», «Хищники»		2
9				Комплекс ОРУ№2Игры на развитие ловкости: «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки», «Ловля обезьян»		2
10				Комплекс ОРУ№2Игры на развитие внимания: «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка», «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»		2
11				Комплекс ОРУ №3Скакалочка - выручалочка.		2

			Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга», «Лисы и куры»		
12			Комплекс ОРУ №3 Подвижная игра «Лиса и цыплята», «Скакуны и бегуны», «Прыг да скок в кусток»		2
13			Комплекс ОРУ №3 Игра «Бомбардировка», «Перестрелка», «Кто дальше бросит», «Точный расчет»	Раздел № 1 на всех занятиях: Раздел № 4 Спортивные игры (Навыки держания, ловли, передачи, броска мяча)	2
14			Комплекс ОРУ №3 Подвижные игры «Охотники и утки», «Сумей догнать», «Метко в цель»		2
15			Комплекс ОРУ №3 Игры «Братишка спаси», «Перестрелка», «Попади в катящийся обруч»		2
16			Комплекс ОРУ №4. Эстафета «Вызов номеров», «Пионербол»	Раздел № 4 Спортивные игры	2
17			Комплекс ОРУ №4. Эстафета по кругу, «Пионербол»	Раздел № 1 на всех занятиях: техника безопасности, техника ловли, передачи мяча Раздел № 4 Спортивные игры (Правила игры, подачи, прием мяча, тактика нападения и защиты)	2
18			Комплекс ОРУ №4. Эстафета с обручем, «Пионербол»		2
19			Комплекс ОРУ №4. Эстафета с мячом, «Пионербол»		2
20			Комплекс ОРУ №4. Эстафета «Быстрые и ловкие», «Пионербол»		2
21			Комплекс ОРУ №5. Эстафета «Встречная», «Пионербол»		2
22			Комплекс ОРУ №5. Русская народная игра «Охотники и зайцы», «Старт после броска», «Закати мяч»		2
23			Комплекс ОРУ №5. Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам», «Пионербол» Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями, «Пионербол»	Раздел № 3 Эстафеты	2
24			Комплекс ОРУ №5. Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий. «Пионербол»		2
25			Комплекс ОРУ №5. Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями, «Пионербол»		2
26			Комплекс ОРУ №6 Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий. «Пионербол»		2
27			Комплекс ОРУ №6 Игра «Три касания». «Пятнашки», «Дальний отскок», «Мяч водящему»	Раздел № 1 на всех занятиях: техника безопасности, техника ловли, передачи мяча Раздел № 4 Спортивные игры (Правила игры, подачи, прием мяча, тактика нападения и защиты)	2
28			Комплекс ОРУ №6 «Салки» «Охотники и зайцы», «Пионербол»		2
29			Комплекс ОРУ №6 Игра «Бомбардировка», «Перестрелка», «Школа мяча», «охотники и утки»		2
30			Комплекс ОРУ №6 «Волк» «Птицелов», «Пионербол»		2
31			Комплекс ОРУ №6 «Ищем палочку» «Катание мяча», «Пионербол»		2
32			Комплекс ОРУ №6 Игра «Бомбардировка», «Перестрелка», «Пионербол»		2

33				Комплекс ОРУ №6 «Выбей из круга», «Подними платок», «Пионербол»		2
34				Комплекс ОРУ №6 «Сокол и лиса», «Пятнашки», «Турнир по Пионерболу»		2
Итого: (час)						68