

« Утверждаю»
Директор МОБУ НОШ № 26
п. Пионерский
О.Г. Рукоосуева
« ____ » август 2024 г.

План
работы школьного спортивного клуба « Сибирячок»

№	Тема	Виды учебной деятельности	Планируемые результаты
1	Мир движений. Разучивание специальных упражнений с мячом. Игра «Стоп!» .Инструктаж по технике безопасности.	формирование представления о мире движений, их роли в сохранении здоровья.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
2	Беседа: «Красивая осанка». Специальные упражнения с мячом. Игра «Перестрелка», «Стоп!»	формирование правильной осанки, развитие навыков бега	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
3	Выбираем бег.«Кто быстрее?», «Сумей догнать»	развитие скоростных качеств, ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
4	Сила нужна каждому.«Кто сильнее?», «Салки со стопами, «Удочка с прыжками»	развитие силы и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
6	Весёлая скакалка, игры «Медведь спит», «Удочка».	развитие ловкости и внимания	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
7	Сила нужна каждому. «Очистить свой сад от камней»,	развитие выносливости и силы	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
8	Скакалочка-выручалочка.«Удочка с приседанием»,	развитие силы	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры

9	Ловкая и коварная гимнастическая палка. «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»	развитие быстроты и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
10	Команда быстроногих «Гуси – лебеди», «Лиса и куры»,	развитие силы и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
11	Выбираем бег. «Кто быстрее?», «Сумей догнать»	развитие скоростных качеств, ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
12	Метко в цель. «Метко в цель», «Салки с большими мячами»	развитие меткости и координации движений	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
13	Путешествие по островам. «Назови имя», «Бездомный заяц», Лягушки в болоте»	развитие меткости и координации движений	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
14	Развиваем точность движений. «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель». «Воробушки и кот»	развитие глазомера и точности движений	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
15	«Бездомный заяц», «Подвижная цель».	развитие выносливости и ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
16	«Охотники и утки», «Перестрелка».	развитие выносливости и быстроты	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
17	Удивительная пальчиковая гимнастика .«Метание в цель», «Попади в мяч»	развитие ловкости и быстроты	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
18	Развитие выносливости. "Бездомный заяц», «Лошадки»	развитие выносливости, быстроты и реакции	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры

19	Развитие реакции. «Пустое место», «Часовые и разведчики»	развитие быстроты, скорости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
20	Разучивание элементов игры «Пионербол»	развитие быстроты, скорости, реакции	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
21	Разучивание элементов игры «Пионербол»	развитие быстроты, ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
22	Знакомство с разметкой площадки, правила игры «Пионербол»	развитие быстроты, ловкости,	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
23	Правила игры «Пионербол», игра по упрощенным правилам	развитие скоростных качеств , ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
24	«Третий лишний» игра, игра «Пионербол» по упрощенным правилам	развитие скоростных качеств , ловкости	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения ,знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры
25	Упражнение « Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Игры по выбору (футбол).	Прыжки, подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.
26	Упражнение «Боксёры». Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловушки», «Круговая лапта».	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с переноской предметов, с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.
27	Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Метание набивного мяча. Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку,	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель . Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.

	«классики».	силовых способностей	
28	Бег с преодолением препятствий. Эстафета с прыжками. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».	Равномерный бег. Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.
29	Игра «Мышеловка», «У медведя во бору». Круговая эстафета. Упражнения с набивным мячом. Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.
30	Разучивание игр «Волк во рву», «Горелки». Эстафета «Сбор урожая». Соревнования по подвижным играм.	Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.
31	«Пятнашки», «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры.
32	Разучивание игры «Прыгай выше и дружнее». Метание малого мяча. Весёлые старты.	Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты.	Уметь самостоятельно играть в разученные игры.
33	Весёлые старты.	Подвижные игры, эстафеты. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	Уметь самостоятельно играть в разученные игры.
34	«Ловушки с приседанием». Игры с мячом по выбору.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с мячом.