

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Комитет образования, науки и молодежной политики Волгоградской области  
муниципальное образование городской округ город-герой Волгоград  
МОУ СШ № 56

РАССМОТРЕНО

МО учителей начальных классов  
Руководитель МО



Костикова О.В.  
Протокол № 1 от «30» 08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР



Соколова К.А.

Протокол № 1 от «01» 09.2023 г.



Исполнительный директор МОУ СШ № 56

Орлова О.П.  
Приказ № 110 от «01» 09.2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Я в мире спорта»

для обучающихся 1-3 классов

**Рабочая программа  
учебного курса  
«Я в мире спорта»  
для 1-3 класса**

**Пояснительная записка**

Актуальность программы курса внеурочной деятельности «Я в мире спорта» заключается в том, что эффективность образования детей во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидение, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья.

Программа «Я в мире спорта» рассчитана на обучающихся 1-3 классов. Она предусматривает проведение практических занятий, эстафет. Предметом обучения для данного возраста является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. Цель программы: увеличение двигательной активности обучающихся, оздоровление детей путём повышения физической подготовленности к постоянно меняющимся условиям современной действительности.

Задачи курса:

пропаганда здорового образа жизни,

укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;

формирование у учащихся устойчивого интереса к подвижным играм;

развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

знания правил игры;

воспитание моральных и волевых качеств.

Учебный курс «Я в мире спорта» предназначен для учащихся 1-3 классов, рассчитан на один год обучения, 1 час в неделю и используется для реализации третьего часа физкультуры в 1-3 классе. Программа курса обеспечивает достижение воспитательных результатов первого, второго и третьего уровней.

**Раздел 1. Содержание программы курса внеурочной деятельности  
«Я в мире спорта»**

Содержание курса рассчитано на 3 года обучения-101 ч

**Знания о физической культуре.**

**Физическая культура.** Правила предупреждения травматизма во время занятий подвижными играми: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Физическая культура как носитель и выразитель культурных и духовных ценностей. Народные игры как средство физической культуры. Культурные традиции как мостик между поколениями. «Простые» русские народные игры и развлечения.

**Из истории физической культуры.** Знакомство с историей возникновения народных игр. Средства народной культуры. История единоборств, как многовековые традиции русской боевой культуры (легендарные герои - защитники Отечества).

**Способы физкультурной деятельности.**

**Самостоятельные занятия.** Самостоятельное выполнение упражнений на развитие ловкости и координации движений. Самостоятельное выполнение упражнений для формирования «мышечного корсета» и увеличения подвижности суставов.

**Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.** Выполнение упражнений по пространственной ориентировке.

**Самостоятельные игры и развлечения.** Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

**Физическое совершенствование.**

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Игры и упражнения на развитие восприятия ориентировки в пространстве. Ходьба, бег, прыжки, передвижения. Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для укрепления мышц рук, ног и плечевого пояса; мышц живота. Упражнения с предметами: со скакалкой - прыжки с вращением скакалки вперед и назад, на двух и одной ноге, с ноги на ногу, прыжки с поворотами, бег, перепрыгивая через скакалку; гимнастической палкой - наклоны и повороты туловища, маховые и круговые движения рук, переворачивание, выкручивание и вкручивание палки, прыжки через палку, подбрасывание и ловля гимнастической палки; набивным мячом (1-2 кг) - броски вверх и ловля с поворотами и приседаниями, перебрасывание по кругу и в разных направлениях различными способами.

**Спортивно оздоровительная деятельность.**

#### **Подвижные игры.**

На материале русских народных игр: игры, отражающие отношение человека к природе: «два мороза», «белые медведи», «гуси-лебеди», «волк во рву», «волк и овцы», «вороны и воробьи», «змея», «зайцы в огороде», «пчелки и ласточки», «попрыгунчики-воробушки», «кошки-мышки», «море волнуется», «у медведя во бору», «коршун и наседка», «стадо», «совушка», «хромая лиса», «филин и пташки». «лягушата», «ящерица», «хромой цыпленок», «оса» и их вариативность. Игры, отражающие быт русского народа: «дедушка-рожок», «домики», «ворота», «встречный бой», «защита укрепления», «заря», «корзинки», «каравай», «невод», «охотники и утки», «ловись рыбка», «по кочкам и пенечкам», «птицелов», «рыбаки и рыбки», «удочка», «продаем горшки», «защита укрепления», «захват флага», «шишки, желуди, орехи». Игры, направленные на развитие координации, внимания, быстроты и ловкости: «бабки», «городки», «горелки», «городок-бегунок», «двенадцать палочек», «жмурки», «игровая», «кто дальше», «ловишка», «котлы», «ляпка», «пятнашки», «платочек-летуночек», «считалки», «третий - лишний», «чижик», «чехарда», «кашевары», «отгадай, чей голосок», «веревочка под ногами» и др. Игры, отражающие многовековые традиции боевой культуры (единоборств) - (храбрейших русских богатырей, легендарных полководцев, воинов земли русской): «тяни в круг», «бой петухов», «достань камешек», «перетяни за черту», «тяни за булавы», «борющаяся цепь».

Элементы видов спорта выбраны с учетом наличия материально-технической базы общеобразовательной организации, а также климатогеографических и региональных особенностей. «кованы», «перетягивание каната», «перетягивание прыжками», «вытолкни за круг», «защита укрепления», «сильный бросок», «каждый против каждого», «бои на бревне».

#### **Подвижные игры.**

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр: футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола. Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола. Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

С учетом рабочей программы воспитания (модуль «Школьный урок») воспитательный потенциал урока реализуется через:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;

- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией, инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми; • включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Выбор тех или иных форм и способов воспитательной работы на уроке учитель определяет самостоятельно в соответствии с целями и задачами урока.

## **Раздел 2. Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности «Физкультура для всех»:**

### **Личностные результаты освоения программы:**

- Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций
- Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### **Метапредметные результаты освоения программы:**

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- Использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- Активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- Использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- Овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- Определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- Овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- Умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

### **Предметные результаты**

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). В результате обучения, обучающиеся на уровне начального общего образования, начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

### **Знания по физической культуре Обучающийся научится:**

-ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

-раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

-ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

-характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

### **Обучающийся получит возможность научиться:**

-выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

-характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

### **Способы физкультурной деятельности Обучающийся научится:**

-отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

-организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;  
 -измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

**Обучающийся получит возможность научиться:**

-вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультурминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;  
 -целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;  
 -выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

**Физическое совершенствование Обучающийся научится:**

-выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки,  
 -упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия);  
 -оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);  
 -выполнять организующие строевые команды и приемы; □  
 -выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); □ -выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);  
 -выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема);  
 -выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

**Обучающийся получит возможность научиться:**

-сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;  
 -выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации; играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам; -выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;  
 -плавать, в том числе спортивными способами;  
 -выполнять передвижения на лыжах.

**Тематическое планирование курса  
 «Я в мире спорта»  
 1 класс**

№	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Формы проведения занятий
1	Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек	4	<a href="http://collection.edu.ru/">http://collection.edu.ru/</a> <a href="http://www.trainer.h1.ru/">http://www.trainer.h1.ru/</a>	Работа в группах, подгруппах
2	Народные подвижные игры	27		

**2 класс**

№	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Формы проведения занятий
1	Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.	4	<a href="http://collection.edu.ru/">http://collection.edu.ru/</a> <a href="http://www.trainer.h1.ru/">http://www.trainer.h1.ru/</a>	

2	Народные подвижные игры	30
---	-------------------------	----

| |

### 3 класс

№	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Формы проведения занятий
1	Обучение техники игры в баскетбол.	34	<a href="http://collection.edu.ru/">http://collection.edu.ru/</a> <a href="http://www.trainer.h1.ru/">http://www.trainer.h1.ru/</a>	Работа в группах, подгруппах

### Поурочное планирование учебного курса «Я в мире спорта»

#### 1 класс

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Формы организации деятельности	Формы проведения занятий
1.	Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. Броски мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.	1	Практическое занятие	Беседа, изучение материала
2.	Броски мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой. Блокирование броска. Игра "Мяч капитану".	1	Практическое занятие	Изучение материала
3.	Комбинации из освоенных элементов техники. Нападение быстрым прорывом.	1	Практическое занятие	Изучение материала
4.	Действие против нескольких защитников. Игры "Перестрелка", "Пионербол".	1	Практическое занятие	Изучение материала
5.	Эстафеты "Мышеловка", " У медведя во бору".	1	Практическое занятие	Изучение материала
6.	Игры "Волк во рву", "Горелки".	1	Практическое занятие	Изучение материала
7.	Игры "наперегонки парами", "Ловишки-перебежки".	1	Практическое занятие	Изучение материала
8.	Игры "Лягушки-цапли", "Быстрее по местам".	1	Практическое занятие	Изучение материала
9.	Игры "Попрыгунчики-воробушки", "Удочка", "Аисты".	1	Практическое занятие	Изучение материала
10.	Игры "Перетягивание каната", "Не намочи ног".	1	Практическое занятие	Изучение материала
11.	Игры "Береги предмет", "Кто первый через обруч к флажку".	1	Практическое занятие	Изучение материала
12.	Игры "Пролезай-убегай", "Пчёлки".	1	Практическое занятие	Изучение материала
13.	Игры "Пятнашки", "С кочки на кочку", "Кот и мыши".	1	Практическое занятие	Изучение материала
14.	Игры "Кто дольше не собьётся", "Удочка".	1	Практическое занятие	Изучение материала
15.	Игры "Покати-догони", "Прыгай выше и дружнее".	1	Практическое занятие	Изучение материала

16.	Игры "Упасть не давай", "Совушка".	1	Практическое занятие	Изучение материала
17.	Катание на лыжах. Игры "Трамвай", "Найди себе пару".	1	Практическое занятие	Изучение материала
18.	Игры "Гонки санок", "Попади в цель".	1	Практическое занятие	Изучение материала
19.	Игры "Быстрые упряжки", "На санки".	1	Практическое занятие	Изучение материала
20.	Игры "Поменяй флажки", "Через препятствия".	1	Практическое занятие	Изучение материала
21.	Игры "Идите за мной", "Сороконожки".	1	Практическое занятие	Изучение материала
22.	Игра "Пройди и не задень", "Зима и лето".	1	Практическое занятие	Изучение материала
23.	Эстафета	1	Практическое занятие	Изучение материала
24.	Ходьба парами, тройками.	1	Практическое занятие	Изучение материала
25.	Игры "Гонки парами", "Будь внимателен".	1	Практическое занятие	Изучение материала
26.	Игры "Метко в цель", "Конники-спортсмены".	1	Практическое занятие	Изучение материала

27.	Игры "Мяч соседу", "Гуси-лебеди". Эстафеты с передачей палочки.	1	Практическое занятие	Изучение материала
28.	Игры "Быстрые и меткие", "Зайцы в огороде".	1	Практическое занятие	Изучение материала
29.	Игры "Успей поймать", "Космонавты".	1	Практическое занятие	Изучение материала
30.	Игры "Попади в последнего", "Дальше и выше", "Беги и хватай".	1	Практическое занятие	Изучение материала
31.	Игры "Фигуры", "Зайцы, сторож и Жучка", "Через ручеёк".	1	Практическое занятие	Изучение материала
32.	Игры "день и ночь", "Волк во рву".	1	Практическое занятие	Изучение материала
33.	Весёлые старты.	1	Практическое занятие	Подведение итогов

## 2 класс

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Формы организации деятельности	Формы проведения занятий
1.	Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. Броски мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.	1	Практическое занятие	Беседа, изучение материала
2.	Броски мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой. Блокирование броска. Игра "Мяч капитану"	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
3.	Комбинации из освоенных элементов техники. Нападение	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра

	быстрым прорывом.			
4.	Действие против нескольких защитников. Игры "Перестрелка", "Пионербол".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
5.	Игры "Волк во рву", "Горелки".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
6.	Игры "наперегонки парами", "Ловишки-перебежки".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
7.	Игры "Лягушки-цапли", "Быстрее по местам".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
8.	Игры "Попрыгунчики-воробушки", "Удочка", "Аисты".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
9.	Игры "Перетягивание каната", "Не намочи ног".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра

10.	Игры "Береги предмет", "Кто первый через обруч к флажку".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
11.	Игры "Пролезай-убегай", "Пчёлки".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
12.	Игры "Пятнашки", "С кочки на кочку", "Кот и мыши".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
13.	Игры "Кто дольше не собьётся", "Удочка".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
14.	Игры "Покати-догони", "Прыгай выше и дружнее".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
15.	Игры "Упасть не давай", "Совушка".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
16.	Катание на лыжах. Игры "Трамвай", "Найди себе пару".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
17.	Игры "Гонки санок", "Попади в цель".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
18.	Игры "Быстрые упряжки", "На санки".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
19.	Игры "Поменяй флажки", "Через препятствия".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
20.	Игры "Идите за мной", "Сороконожки".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
21.	Игра "Пройди и не задень", "Зима и лето".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
22.	Эстафета	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
23.	Ходьба парами, тройками.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
24.	Игры "Гонки парами", "Будь внимателен".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
25.	Игры "Метко в цель", "Конники-спортсмены".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
26.	Игры "Мяч соседу", "Гуси-лебеди". Эстафеты с передачей палочки.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра

27.	Игры "Быстрые и меткие", "Зайцы в огороде".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
28.	Игры "Успей поймать", "Космонавты".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
29.	Игры "Попади в последнего", "Дальше и выше", "Беги и хватай".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
30.	Игры "Фигуры", "Зайцы, сторож и Жучка", "Через ручеёк".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
31.	Игры "день и ночь", "Волк во рву".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
32.	Игры "Запрещенное движение", "Ловишки с приседанием".	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
33.	Игры "Запрещенное движение", "Ловишки с приседанием".	1	Практическое занятие	Изучение материала
34.	Весёлые старты.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра

### 3 класс

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Формы организации деятельности	Формы проведения занятий
1	Вводный урок.	1	Практическое занятие	Беседа, изучение материала
2-3	Техника передачи мяча на месте.	2	Практическое занятие	Изучение материала, игра
4-5	Совершенствование техники передачи мяча на месте.	2	Практическое занятие	Изучение материала, игра
6	Подвижные игры	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
7-9	Техника ведения мяча на месте и в движении.	3	Практическое занятие	Изучение материала, игра
10-11	Совершенствование техники владения мячом на месте и в движении.	2	Практическое занятие	Изучение материала, игра
12-14	Броски мяча в кольцо. Подвижные игры.	3	Практическое занятие	Изучение материала, игра
15-16	Ловля и передача мяча на месте и в движении	2	Практическое занятие	Изучение материала, игра
17	Подвижные игры.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
18-19	Ведение мяча на месте и в движении	2	Практическое занятие	Изучение материала, игра
20	Подвижные игры.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
21-23	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой.	3	Практическое занятие	Изучение материала, игра
24	Броски мяча двумя руками с места. Броски мяча двумя руками с места. Подвижные игры.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
25	Броски мяча двумя руками с места. Веселые старты.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
26	Веселые старты.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
27	Ведение мяча правой (левой) рукой в движении	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
28	Ведение мяча правой (левой) рукой в движении. Подвижные игры.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
29	Веселые старты.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра
30-33	Ловля и передача мяча на месте и в движении.	3	Практическое занятие	Изучение материала, игра
34	Веселые старты.	1	Практическое занятие	Изучение материала, игра