



**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа с.Тимофеевка
муниципального района Ставропольский Самарской области**

Рассмотрено
на заседании МО классных руководителей
ГБОУ СОШ с. Тимофеевка
Протокол № 1 от 28.08.2023 г.
Руководитель _____ И.Ю. Барина

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ с. Тимофеевка
_____ Д.В. Борзаков
Приказ № 68/2 от 30.08.2023 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности
«ФизкультУРА»
(Направление: физическое развитие)**

для обучающихся 2-4 классов

Составил(а):
*Новоселова Н.А.,
учитель начальных классов*

ГБОУ СОШ с. Тимофеевка, 2024 г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности «ФизкультУРА» разработана на основе рабочей программе В.И. Ляха по физической культуре 2-4 классы в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования.

Человеческая личность—это гармония мысли и движения. Отличительной чертой современного человека является его культура личности, которая выражается не только в умении грамотно, красиво и правильно излагать свои мысли, но и грамотно, красиво и правильно двигаться. Элементарным критерием культуры движений является правильная техника выполнения движений, которая предусматривает наиболее экономичное и эффективное выполнение движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание и др.) На основании изложенного определена главная цель программы «Веселая физкультура» — всестороннее развитие личности на фоне доступного в этом возрасте уровня физической культуры личности младшего школьника.

Основные задачи:

- вызвать у обучающихся начальных классов интерес к физической культуре, позволив ощутить красоту и радость движения;
- формировать у обучающихся жизненноважные гигиенические умения, навыки и полезные привычки;
- обучить школьников доступным физкультурным знаниям, двигательным умениям и навыкам;
- добиваться того, чтобы каждый ученик чувствовал себя равноправным членом коллектива, был активным и общительным;
- воспитывать у детей любознательность, честность, творческую инициативу.

Достижение поставленных задач возможно при выполнении следующих условий:

- формирование у обучающихся начальных классов положительной мотивации к двигательной деятельности;
- содействие созданию игровых групп, позволяющих обучающимся различной степени двигательной активности, разного темперамента, уровня умственных способностей, проявить интерес к усвоению научных знаний;
- учет готовности обучающихся к разным формам сотрудничества;
- эмоционально-стимулирующее общение учителя с обучающимися и обучающимися друг с другом;
- занимательность процесса обучения;
- установление связей между предметами в процессе обучения для формирования целостных и системных знаний обучающихся;
- расширение возможности самостоятельного выбора в решении двигательных заданий;
- высокий уровень культуры движений учителя;
- целенаправленная работа над основами культуры движений обучающихся.

Программа рассчитана на 34 часа во 2-4 классах в год.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами освоения, учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и
- сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных играх и нестандартных ситуациях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы в процессе игры.

Метапредметными результатами освоения, учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им
- объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками в процессе игры на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и
- толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную игровую деятельность с учётом
- требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места
- занятий;
- планировать собственную игровую деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты
- собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями в процессе игры со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность,
- рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и
- соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения, учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки,
- эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения
- различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание программы 2 класса

Формирование системы элементарных знаний о ЗОЖ (включается во все занятия). Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Правила игр, соревнований, места занятий, инвентарь (включается во все занятия).

Правила проведения игр и соревнований. Определение допустимого риска и правил безопасности в различных местах занятий: спортивная площадка, спортивный зал. Оборудование и инвентарь для занятий различными видами спорта.

Подвижные игры с мячом. «Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом). «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке).

«Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования). Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)

Игровые упражнения. «По мостику» (Перебраться с одной стороны площадки на другую по линиям разметки). «Через ручеёк» (Правила передвижения через канат). «Бросок в цель» (Сбивание волейбольного мяча теннисными). «Боулинг» (Перекатывание мячей с одной стороны площадки на другую).

Занимательные игры.

Игры на развитие внимания: «Воробьи-вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Попади мячом», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка», Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «Заяц без логова», «Сантики-сантики-лим-по-по», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д.

Содержание программы 3 класса

Основы знаний о подвижных играх.

Что такое подвижные игры? Познакомить с правилами подвижных игр. Раз бор и проигрывание игр с мячом. Понятие правил игры, выработка правил.

Подвижные игры без мячей.

Игры на развитие внимания: «Воробьи-вороны», «Третий лишний», «Лиса и зайцы», «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка» и т.д.

Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом», «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты», «5+5», «Ловушка» и т.д.

Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач», «Падающая палка», «Гуси», «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д.

Эстафеты.

Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам» и т.д. Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.

Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями.

Спортивные и подвижные игры с мячами. «Бомбардировка» (Правила игры, развитие основных навыков владения мячом). «Охотники и утки» (Правила игры, развитие основных навыков быстрого перемещения по площадке). «Братишка спаси» (Правила игры, основы перемещения, индивидуальные соревнования), «Пионербол» (Правила игры, подачи, прием мяча, тактика нападения и защиты) Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования (мячи, скакалки, обручи, кегли и т.д.)

Дистанционные олимпиады по предмету физкультура.

Предусматривает знакомство учеников с теоретическими знаниям и по физкультуре, проведение олимпиад, разбор заданий и награждение. Проводится 2 раза в год.

Соревнования. Проведение соревнований по различным видам: плавание, пионербол, дартс, перестрелка и вывоз детей на городские массовые старты: «Кросс-нации», «Лыжный марафон», «Лыжня –России»

Содержание программы 4 класса

Особенностью программы является то, что она, основываясь на курсе обучения игре в пионербол, раскрывает обязательный минимум учебного материала для такого рода программ. Курс обучения игре в пионербол и технические приемы, которые в ней задействуются, содержат в себе большие возможности не только для формирования

двигательных навыков у детей и развития их физических способностей, но и также служат примером нравственного воспитания учащихся. Игра в пионербол развивает у школьников стремление к познанию, вырабатывает волю и характер, формирует чувство коллективизма, и способствует становлению личности. В рамках этой программы осуществляется проведение системного отбора учащихся, имеющих задатки и способности к дальнейшей спортивной ориентации и профессиональной деятельности в области пионербола. Программа рассчитана на количество часов, отводимые на изучение образовательной области «Физическая культура», базисным учебным планом и системой дополнительного образования. Программа разделена по классам и реализуется поэтапно с учетом возрастных особенностей учащихся и в соответствии с учебным планом.

На ступени начального образования следует обеспечить детям с учетом их потребностей физиологическую норму двигательной активности, необходимую для нормального развития основных систем организма и моторики растущего человека. Во втором классе учащиеся знакомятся с физическими упражнениями, преимущественно в игровой форме. Они должны понять важность правильного выполнения движений. Во третьем классе они поэтапно разучивают и осваивают двигательные действия до уровня умений. В четвертом классе продолжается совершенствование двигательных умений до приобретения ими устойчивых навыков. При организации и проведении занятий физической культурой в образовательном учреждении следует строго соблюдать установленные санитарно-гигиенические требования и правила безопасности.

Программа состоит из семи разделов:

Основы знаний о физической культуре и спорте.

Техника безопасности охраны труда на занятиях Физической культурой и спортом.

Общая физическая подготовка.

Специальная физическая подготовка.

Контрольные и тестовые упражнения.

Медицинский контроль.

Мониторинг.

В разделе «Основы знаний о физической культуре и спорте» представлен материал, который дает начальные основы знаний о собственном организме, гигиенических требованиях при занятиях физической культурой и спортом.

Раздел «Техника безопасности и охраны труда на занятиях физической культурой и спортом» знакомит учащихся с основными правилами техники безопасности, при организации занятий физической культурой и спортом.

Раздел «Общая физическая подготовка» содержит материал, реализация которого формирует у младших школьников общую культуру движений, укрепляет их здоровье, содействует развитию и совершенствованию умений и навыков, развивает основные физические качества.

В разделе «Специальная физическая подготовка» представлен материал с рекомендациями физических упражнений игрового характера, способствующих обучения младших школьников основным техническим приемам игры в футбол. В этом разделе учитель имеет право самостоятельно подбирать игровые задания.

Раздел «Контрольные и тестовые упражнения» содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет учителю определить степень усвоения учебного материала и физическую готовность учащихся.

Раздел «Мониторинг» содержит материал, позволяющий учителю иметь возможность следить за физическим состоянием учащихся.

Принципы - от простого к сложному, от знакомого к неизвестному - на которых строятся учебные занятия, дают возможность последовательно от класса к классу обучать учащихся новым, более сложным двигательным действиям.

Качество учебного процесса во многом зависит от правильного распределения учебных занятий в течение года, для чего необходимо составить годовой план их проведения.

Главной целью планирования является создание предпосылок для начального обучения пионерболу. В дальнейшем обучении каждый гол циклически повторяет

предыдущий, в котором учащиеся должны выходить на качественно более высокий уровень владения мячом, с повышением физической и двигательных возможностей организма, чтобы игра приносила радость и удовольствие.

2 класс
Календарно-тематическое планирование
по курсу «ФизкультУРА»
34 часа (1раз в неделю)

№ п \ п	Тема занятия	Виды деятельности	Кол-во часов
1	Беседа по Т.Б. знакомство с правилами подвижных игр.	Знакомство (Правила поведения, закрепление навыков игры)	1
2	Подвижная игра «Часы проббили...».		1
3	Подвижные игры «Хвостики», «Запрещённое движение».		1
4	Подвижные игры «Пятнашки», «Охотники и утки».	Лёгкая атлетика (Закрепление навыков бега, прыжков, метаний, способностей к ориентированию в пространстве)	1
5	Подвижная игры «Быстрая тройка».		1
6	Подвижные игры «Медведь спит, «Весёлая скакалка».		1
7	Подвижная игра «Очистить свой сад от камней».		1
8	Подвижные игры «Командные салки», «Соколы голуби».		1
9	Развитие быстроты. Подвижные игры «Найди нужный цвет», «Разведчики».		1
10	Подвижная игра «Кто быстрее?».		1

11	Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга».		1
12	Подвижная игра «Лиса и цыплята с волей большим мячом».	Подвижные игры, подводящие к пионерболу(Навыки закрепления ловли, передачи, броска мяча)	1
13	«Старт после броска», «Играй-играй, мяч не теряй».		1
14	Подвижные игры «Охотники и утки с мячами», «Регби».		1
15	Ловкая и коварная гимнастическая палка, «Гонка с обручем».	Гимнастика (развитие способностей к дифференцированию	1
16	Подвижные игры «Удочка с приседанием», «Падающая палка», «Успей в обруч».	параметров движения, ориентированию в	1
17	Развиваем точность движений. Подвижные игры «Вращающаяся скакалка», «Подвижная цель».	пространстве)	1
18	Подвижные игры «Караси и Щука», «Веер» с Баскетбольными мячами.	Игровые упражнения с волейбольными и баскетбольными мячами	1
19	Игровые и соревновательные упражнения с мячами.		1
20	Игровые и соревновательные упражнения с мячами.		1
21	Подвижная игра «Регби».		1

22	Подвижная игра «Братишки спаси».		1
23	Закрепление навыков ведения. «Салки с мячами» и др. по выбору учащихся.		1
24	Подвижная игра «Простой пионербол».		1
25	Круговая эстафета с баскетбольными и волейбольными мячами.		1
26	Подвижные игры «Погоня», «Снайперы».	Лёгкая атлетика, Элементы спортивных игр (Закрепление навыков игры, скоростных, координационных способностей, навыков владения мячом, умений играть в команде)	1
27	Удивительная гимнастика. Подвижные игры «Метание в цель», «Попади в мяч».		1
28	Развитие скоростных качеств. Подвижные игры «Быстро в строй», командные эстафеты.		1
29	Развитие быстроты. Подвижные игры «мяч капитану», «Бездомный заяц», «Охотники и утки».		1
30	Развитие реакции. Подвижные игры «Пустое место», «Боулинг».		1
31	Подвижная игра «Прыжок за прыжком».		1
32	Подвижные игры «Гонка мячей», «Падающая палка».		1
33	Подвижные игры «Точный поворот», «Третий лишний».	1	

	«Передал-садись».		
34	Подвижные игры «Третий лишний», «Передал-садись».		1
	Итого:		34

3 класс
Календарно-тематическое
Планирование по курсу
«ФизкультУРА» 34 часа
(1раз в неделю)

№ п/п	Тема занятия	Виды деятельности	Кол- во часов
1	Беседа по т.б., Знакомство с правилами подвижных игр.	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)	1
2	Подвижные игры «Часы пробили...», «Разведчики»		1
3	Игры на развитие ловкости: «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки»и т.д		1
4	Игры на развитие внимания: «Воробьи-вороны», «Третий лишний»,«Лиса и зайцы»		1
5	Игры на координацию движений: «Вышибалы с картинками», «Охотники и утки», «Игра с мячом»,«Гонки крокодилов»		1
6	Игры на координацию движений: «Гонки крокодилов», «Вьюны», «Домашние хлопоты»,	Раздел №1 на всех занятиях.	1
7	Игры на развитие ловкости: «Попади в мишень», «Зевака», «Квач».		1
8	Игры на развитие ловкости: «Падающая палка»,«Гуси», «Горелка»		Раздел№2

		Подвижные игры	
9	Игры на развитие ловкости: «Горелка», «У медведя во бору», «Рыбаки и рыбки» и т.д	без мячей	1
10	Игры на развитие внимания: «Запрещенное движение», «Огонек», «Манеж», «Шумелка» и т.д.		1
11	Скакалочка-выручалочка. Подвижные игры «Ноги выше от земли», «Выбегай из круга»		1
12	Подвижная игра «Лиса и цыплята»		1
13	Игра «Бомбардировка», «Перестрелка»	Раздел № 1 на всех занятиях:	1
14	Подвижные игры «Охотники и утки», «Сумей догнать»	Раздел № 4 Спортивные игры	1
15	Игры «Братишка спаси», «Перестрелка»	(Навыки держания, ловли, передачи, Броска мяча)	1
16	Игра «Пионербол»	Раздел № 4 Спортивные игры	1
17	Игра «Пионербол»	Раздел № 1 на всех занятиях:	1
18	Игра «Пионербол»	техника безопасности,	1
19	Игра «Пионербол»	техника ловли, передачи мяча	1
20	Игра «Пионербол»	Раздел № 4 Спортивные игры	1
21	Игра «Пионербол»	Спортивные игры	1
22	Игра «Пионербол»	(Правила игры, подачи, прием мяча, тактика нападения и защиты)	1

23	Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам». Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями.	Раздел №3 Эстафеты	1
24	Эстафеты с бегом и прыжками, Преодолением препятствий.		1

25	Эстафеты с гимнастическими палками и скакалками, обручами, кеглями		1
26	Эстафеты с бегом и прыжками, преодолением препятствий.		1
27	Игра «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)	1
28	Игра «Пионербол»		1
29	Игра «Бомбардировка», «Перестрелка»		1
30	Игра «Пионербол»		1
31	Игра «Пионербол»		1
32	Игра «Бомбардировка», «Перестрелка»		1
33	Игра «Пионербол»		1
34	Игра «Пионербол»		1
			34 часа

4 класс
Календарно-тематическое
планирование
по курсу «ФизкультУРА»
34 часа (1раз в неделю)

п / п	Тема занятия	Виды деятельности	Кол-во часов
1	Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека.	Инструкция по ТБ. Цели и Задачи курса	1
2	Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Челнок»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1
3	Комплекс ОРУ на месте. игра «Филин и пташки»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры: прыжки через скакалку, «классики».	1

4	Комплекс ОРУ в движении. игра «Круговые пятнашки».	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
5	Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Много троих, хватит двоих»	Подвижные игры. Эстафета по кругу. Самостоятельные игры Развитие скоростно-силовых способностей	1
6	Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.	Равномерный бег. Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Соревнования по подвижным играм	1
7	Комплекс ОРУ с малыми мячами. Игра «Свечи ставить»	Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Комбинированная эстафета с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей.	1

8	Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Летучий мяч Зевака»	Подвижные игры с мячами. Эстафета Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
9	Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Защищай город».	Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
10	Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Русская лапта»	Подвижные игры. Эстафета с переноской предметов Развитие скоростно-силовых способностей	1
11	Правила техники безопасности при игре с прыжками. Разучивание считалок	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1
12	Комплекс ОРУ. Игра «Дедушка- рожок»	Подвижные игры. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей	1

13	Комплекс ОРУ. Игра «Лошадки»	Подвижные игры. Эстафеты. Игры по выбору. Развитие скоростно-силовых способностей	1
14	Комплекс ОРУ. Игра «Борьба за мяч»	Подвижные игры. Игры по выбору. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1
15	Комплекс ОРУ. Игра «Кто первый?»	Подвижные игры. Весёлые старты. Ловля и передача мяч старты.	1
16	Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.	Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками.	1
17	Игры на внимательность. Игра «Прыгни»	Эстафета с мячами, скакалками. Развитие скоростно-силовых способностей	1

18	Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок. Игра «Кривой петух»	Игры по выбору	1
19	Комплекс ОРУ. Игра «Море волнуется»	Развитие внимательности. Самостоятельные игры.	1
20	Комплекс ОРУ. Игра «Краски»	Самостоятельные игры.	1
21	Комплекс ОРУ. Игры на свежем воздухе	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.	1
22	Игры на свежем воздухе	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры.	1
23	Спортивная эстафета	Игры на свежем воздухе.	1
24	Игры в командах	Развитие скоростно-силовых способностей. Самостоятельные игры в командах.	1
25	Игры в спортивном зале	Развитие скоростно-Силовых способностей. Самостоятельные игры.	1

26	Комплекс ОРУ. Игры на свежем воздухе	Ловля и передача мяча в 1 движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Самостоятельные игры.	1
27	Материальная и духовная игровая культура	Беседа. Ловля и передача мяча в 1 движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Эстафета с передачей 1 палочки.	1
28	Организация и проведение игр на праздниках	Развитие способностей. Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель. Эстафета по кругу. Игры по выбору: ручной мяч.	1
29	Игры народов мира.	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Соревнования на Точность	1

		броска мяча в корзину. Самостоятельные игры.	
30	Игры народов мира	Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Подвижные игры. Эстафета.	1
31	Спортивные игры и эстафеты	Подвижные игры. Комбинированная эстафета. Игры по выбору Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1
32	Игры на свежем воздухе	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1

33	Игры на свежем воздухе	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1
34	Игры на свежем воздухе	Подвижные игры. Эстафета с обменом мячей. Игры по выбору Комбинированная эстафета. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	1
	Итого		34 часа

