Выписка из содержательного раздела
основной образовательной программы
начального общего образования
БМАОУ СОШ № 11

Денисова
Алина
Николаевна

Подписано цифровой подписью: Денисова Алина Николаевна
Дата: 2026.09.01 11:59:16 +05'00'

Рабочая программа по учебному курсу
«Спортивные игры» для 2-3 классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 (ред. от 11.12.2020) "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования"). Данная программа спортивно-оздоровительной направленности включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранения и укрепление физического и психического здоровья. Содержание деятельности направлено на формирование у школьников активисткой культуры здоровья, связанной с занятиями спортом и предполагающей:

Интерес к спорту и оздоровлению, потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремлению показывать как можно более высокие спортивные результаты.

Знания в области оздоровления, спортивной подготовки и организации спортивных соревнований.

Умение использовать эти знания для эффективной организации спортивной подготовки, успешного выступления в соревнованиях.

Спортивный образ жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях

Программа разработана с учѐтом возрастных физиологических особенностей обучающихся. Специфика тренировочного процесса базируется на наличии сенситивных (чувствительных) периодов развития физических качеств. Вместе с тем внимание уделяется воспитанию тех физических качеств, которые в том или ином возрасте активно не развиваются.

Важным в занятиях общей физической подготовки является соблюдение соразмерности в развитии тех качеств, в основе которых лежат разные физиологические механизмы (выносливость, скорость, сила).

Целью данной программы является создание условий для оздоровления и физического развития подрастающего поколения, совершенствование необходимых физических качеств и связанных с ними способностей.

В процессе реализации программы предполагается решение следующих задач.

Оздоровительные задачи:

–пропаганда здорового образа жизни;

–укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию;

–обеспечение оптимального для каждого возраста и пола гармоничного развития физических качеств;

–повышение сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды;

–повышение общей работоспособности и привитие гигиенических навыков;

–вовлечение детей в систематические занятия физкультурой и спортом.

–Образовательные задачи:

–формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков;

–формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения;

–обучение способам овладения различными элементами игры в баскетбол;

–повышение специальной, физической, тактической подготовки учащихся по баскетболу.

Воспитательные задачи:

формирование и развитие детских общественностей и коллективов, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности.

гражданское и патриотическое воспитание учащихся;

воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных и т.д.), содействие развитию психических процессов;

воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

помощь учащимся в осуществлении ими самостоятельного планирования, организации, проведении и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности.

Место курса внеурочной деятельности в учебном плане

В соответствии с учебным планом на 2026/2027 учебный год рабочая программа «Спортивные игры» рассчитана на 1 час в неделю (34 часа в год в 2-3 классах).

Виды и формы текущего, промежуточного контроля Формы (приемы) контроля:

наблюдение, самооценка, эстафеты, технические упражнения, выполнение нормативов ВФСК ГТО. Безотметочная система оценивания курса.

МЕТОДЫ И ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся 1 раз в неделю в спортивном зале.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении.

Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

метод упражнений;

игровой;

соревновательный;

круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом и по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как учащихся образовались некоторые навыки игры. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Воспитательные результаты урочной спортивно-оздоровительной деятельности школьников распределяются по трѐм уровням:

Результаты 1 уровня - приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни: приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни; об основных нормах гигиены; о ТБ при занятиях спортом; об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах организации досуга других людей; о способах самостоятельного поиска и обработки информации.

Результаты 2 уровня - формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом: развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

Результаты 3 уровня – приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия: приобретение школьником опыта актуализации спортивно- оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности и за других. При достижении трѐх уровней результатов внеурочной деятельности возрастает вероятность появления эффектов воспитания и социализации учащихся.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММ

Личностными результатами изучения курса «Спортивные игры» является формирование следующих умений:

формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;

формирование уважительного отношения к иному мнению;

развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. Регулятивные УУД:

овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

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;

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 базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнѐра в общении и взаимодействии;

договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

контролировать действия партнѐра;

общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; Предметными результатами изучения курса «Спортивные игры» является формирование следующих умений Знания о физической культуре

Выпускник научится:

ориентироваться в понятиях «физическая культура», «баскетбол», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;

ориентироваться в понятии «физическая подготовка», «баскетбол», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;

организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник 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 учѐтом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности. Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;

организовывать и проводить подвижные игры и 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, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, 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 приѐмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах. Физическое совершенствование

Выпускник научится:

выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;

выполнять организующие строевые команды и приѐмы;

выполнять специальные требования по технической и тактической подготовке;

выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; выполнять тестовые нормативы по физической подготовке; играть в баскетбол.

Содержание программы

Материал программы дается в трех разделах:

основы знаний;

общая и специальная физическая подготовка;

техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития баскетбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества. Общая физическая подготовка. Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Переход на ходьбу, на бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя. Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений – сгибания и разгибания рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками разновременно, тоже во время ходьбы и бега. Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания, отведения, приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, подскоки из различных исходных положений ног; сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки. Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, из положения лежа на спине переход в положение сидя, смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз, угол из исходного положения лежа, сидя в положении виса; различные сочетания этих

движений. Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками. Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса. Преодоление веса и сопротивление партнера. Переноска и перекладывание груза. Лазание по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером. Бег с задачей догнать партнера. Выполнение общеразвивающих упражнений в максимальном темпе. Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с высокой амплитудой движений. Упражнения с помощью партнера. Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке. Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках, лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Упражнения в равновесии. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Упражнения типа «полоса препятствий». С перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно, ловлей и метанием мячей. Игра в минифутбол, в теннис, в волейбол. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов. Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку. Эстафеты. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой. Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин до 1 ч. Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Бег за лидером. Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Многократные прыжки с ноги на ногу. Прыжки на одной ноге на месте и в движении. Прыжки в сторону. Бег и прыжки с отягощениями. Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами. Передвижение в упоре на раках по кругу. Передвижение на руках в упоре лежа. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, теннисными мячами. Метание мячей различного веса и объема на точность, дальность, быстроту. Метание палок. Удары по летящему мячу. Бросок мяча в прыжке с разбега. Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе, беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель.

Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену и последующей ловлей. Ведение мяча с ударами о скамейку, о пол. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения. Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные упражнения в беге, прыжках, техникотактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры. Круговая тренировка.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры. Техническая подготовка. Волейбол

Основы знаний. Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка.

Специальная подготовка. Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Перебрасывание мяча партнѐру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Стойка игрока, передвижение в стойке. Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?» "Русская лапта" - игра командная. Каждая команда согласно действующим правилам состоит из 10 игроков. Лапта относится к ситуационным видам спорта, особенностью которых является непрерывное изменение структуры и интенсивности двигательных актов. Известно, что общим признаком, находящим свое выражение в любой спортивной игре, является высокая психическая напряженность соревновательной борьбы. Лапта в этом отношении не составляет исключения. Вместе с тем она имеет свои особенности. В "Русской лапте", в отличие от других командных игр, не нужно забивать голы, забрасывать мячи в корзину, здесь результат определяется количеством удачно проведенных перебежек, за которые команде начисляются очки. Каждая команда старается играть как можно дольше в нападении, ведь только игра в нападении позволяет сделать результативную перебежку. В защите же можно набирать очки за пойманные с лѐта мячи. Бег, прыжки, метание мяча, ловля, удары битой и игровая ориентировка составляют основу игры. В связи с тем, что двигательная активность каждого игрока команды имеет конкретную направленность, в "Русской лапте" спортсменов различают по амплуа. В нападении это первый бьющий, второй бьющий, третий бьющий, четвертый бьющий, пятый бьющий и шестой бьющий; в защите - подающий, правый ближний, левый ближний, центральный, правый дальний и левый дальний защитники. Нагрузка может дозироваться следующими приемами: уменьшением или увеличением числа играющих; продолжительностью игры по времени; размерами игровой площадки; количеством повторений; тяжестью предметов и наличием перерывов для отдыха. По окончанию игры необходимо поощрить игрока, отметив его ловкость, силу, инициативу. Наши наблюдения в работе с детьми показали, что те дети, которые влились в игру со старта,

быстрее других адаптируются к окружающей обстановке, чувствуют себя более комфортно в повседневной жизни. Доказано, что лапта улучшает физическое развитие детей, благотворно воздействует на нервную систему и укрепляют здоровье. Кроме этого, это очень эмоциональное спортивное занятие, которое может создавать очень большую физическую нагрузку на ребенка, что необходимо обязательно учитывать при организации занятий и игр. Наши занятия свободно посещают родители, с которыми часто проводятся беседы. Игра воспитывает у детей чувства солидарности, товарищества и ответственности за действие друг друга. Правила игры способствуют воспитанию сознательной дисциплины, честности, выдержки, умению "взять себя в руки" после сильного возбуждения, сдерживать свои эгоистические порывы.

Оценивая все "за" и не имея ничего против, можно сделать вывод, что "Русская лапта" является универсальным средством для развития двигательных качеств, оздоровления и социальной адаптации учащихся. Прыжок толчком двух ног, прыжок толчком одной ноги, остановка прыжком, остановка двумя шагами. Повороты вперед, повороты назад. Ловля мяча двумя руками на месте и в движении, в прыжке, при встречном движении, при поступательном движении, при движении сбоку, ловля рукой на месте. Ловля мяча одной рукой в движении. Передача мяча двумя руками сверху, от плеча, от груди. Передача двумя руками снизу, с места. Передача мяча двумя руками в прыжке. Встречные передачи мяча. Передача мяча одной рукой сверху, от плеча, от груди. Ведение мяча с высоким отскоком, с низким отскоком. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча на месте, ведение мяча по прямой, ведение мяча по дугам, ведение мяча по кругам. Ведение мяча зигзагом. Броски в корзину двумя руками сверху. Броски в корзину двумя руками от груди. Броски в корзину двумя руками снизу. Броски в корзину двумя руками с отскоком от щита. Броски в корзину двумя руками с места. И в движении. Броски в корзину двумя руками (ближние). Броски в корзину одной рукой от плеча. Броски в корзину одной рукой с отскоком от щита. Броски в корзину одной рукой в прыжке. Броски в корзину одной рукой прямо перед щитом. Броски в корзину одной рукой параллельно щиту. Тактическая подготовка. Тактика нападения. Выход для получения мяча. Выход для отвлечения мяча. Розыгрыш мяча. Атака корзины. «Передай мяч и выходи». Наведение, пересечение. Тактика защиты. Противодействие получению мяча.

Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаки корзины. Подстраховка. Система личной защиты.

Тематическое планирование 2 класс

	Тема урока	Кол-во часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
	Подвижные игры. ОРУ. Игры "К своим флажкам", "Два мороза". Эстафеты	1	
	Подвижные игры. ОРУ. Игры "Класс смирно!", "Октябрята". Эстафеты	1	
	Подвижные игры. ОРУ. Игры "Метко в цель", Погрузка арбузов". Эстафеты	1	
	Подвижные игры. ОРУ. Игры "Через кочки и пенечки", Кто дальше бросит". Эстафеты	1	
	Подвижные игры. ОРУ. "Волк во рву", "Посадка картошки". Эстафеты	1	
	Подвижные игры. ОРУ в движении. Игры "Капитаны", Попрыгунчики-воробушки". Эстафеты	1	
	Подвижные игры. ОРУ в движении. Прыжковые эстафеты	1	
	Подвижные игры. Эстафета с элементами метания малого мяча	1	
	Бросок мяча в цель. Игра "Два мороза". Прыжковые эстафеты	1	
0	Подвижные игры. Эстафеты с предметами	1	
1	Подвижные игры. ОРУ в движении. Игры "Лисы и куры", "Точный расчёт". Эстафеты	1	
2	Подвижные игры. ОРУ в движении. Игры "Прыгающие воробушки", "Зайцы в огороде". Эстафеты	1	
3	Подвижные игры. ОРУ в движении. Игры " Удочка", "Компас". Эстафеты	1	
4	Подвижные игры. ОРУ	1	
5	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	
6	Бросок мяча снизу на месте в щит	1	
7	Передача мяча двумя руками от груди	1	

8	Передача мяча одной рукой	1	
9	Ведение мяча на месте	1	
0	Бросок мяча в цель. Игра "Два мороза". Прыжковые эстафеты	1	
1	Ведение мяча по кругу	1	
2	Подвижные игры с элементами волейбола	1	
3	Передача мяча сверху. Эстафеты с мячом	1	
4	Приём мяча сверху. Отбивание мяча	1	
5	Передача с касанием пола. Прыжковые эстафеты	1	
6	Бросок мяча одной рукой. Ловля мяча двумя руками	1	
7	Приём и передача мяча	1	
8	Эстафеты с мячами. Подвижные игры с мячом	1	
9	Подвижные игры. ОРУ в движении. Эстафеты с мячами	1	
0	Бросок мяча одной рукой. Ловля мяча двумя руками	1	
1	Бросок мяча одной рукой. Ловля мяча двумя руками	1	
2	Подвижные игры. ОРУ в движении. Эстафеты с мячами	1	
3	Эстафеты с мячами. Подвижные игры	1	
4	Подвижные игры	1	

9. Тематическое планирование 3 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Подвижные игры. ОРУ. Игры "К своим флажкам", "Два мороза". Эстафеты	1	
2	Подвижные игры. ОРУ. Игры "Класс смирно!", "Октябрята". Эстафеты	1	
3	Подвижные игры. ОРУ. Игры "Метко в цель", Погрузка арбузов". Эстафеты	1	
4	Подвижные игры. ОРУ. Игры "Через кочки и пенечки", Кто дальше бросит". Эстафеты	1	
5	Подвижные игры. ОРУ. "Волк во рву", "Посадка картошки". Эстафеты	1	
6	Подвижные игры. ОРУ в движении. Игры "Капитаны", Попрыгунчики-воробушки". Эстафеты	1	
7	Подвижные игры. ОРУ в движении. Прыжковые эстафеты	1	
8	Подвижные игры. Эстафета с элементами метания малого мяча	1	
9	Бросок мяча в цель. Игра "Два мороза". Прыжковые эстафеты	1	
10	Подвижные игры. Эстафеты с предметами	1	
11	Подвижные игры. ОРУ в движении. Игры "Лисы и куры", "Точный расчёт". Эстафеты	1	
12	Подвижные игры. ОРУ в движении. Игры "Прыгающие воробушки", "Зайцы в огороде". Эстафеты	1	
13	Подвижные игры. ОРУ в движении. Игры " Удочка", "Компас". Эстафеты	1	
14	Подвижные игры. ОРУ	1	
15	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	
16	Бросок мяча снизу на месте в щит	1	
1	Передача мяча двумя руками от груди	1	

17			
18	Передача мяча одной рукой	1	
19	Ведение мяча на месте	1	
20	Бросок мяча в цель. Игра "Два мороза". Прыжковые эстафеты	1	
21	Ведение мяча по кругу	1	
22	Подвижные игры с элементами волейбола	1	
23	Передача мяча сверху. Эстафеты с мячом	1	
24	Приём мяча сверху. Отбивание мяча	1	
25	Передача с касанием пола. Прыжковые эстафеты	1	
26	Бросок мяча одной рукой. Ловля мяча двумя руками	1	
27	Приём и передача мяча	1	
28	Эстафеты с мячами. Подвижные игры с мячом	1	
29	Подвижные игры. ОРУ в движении. Эстафеты с мячами	1	
30	Бросок мяча одной рукой. Ловля мяча двумя руками	1	
31	Бросок мяча одной рукой. Ловля мяча двумя руками	1	
32	Подвижные игры. ОРУ в движении. Эстафеты с мячами	1	
33	Эстафеты с мячами. Подвижные игры	1	
34	Подвижные игры	1	

9	1		
0	1		
1	1		
2	1		
3	1		
4	1		
5	1		
6	1		
7	1		
8	1		
9	1		
0	1		
1	1		
2	1		
3	1		
4	1		

УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

В.И. Лях. Физическая культура. 1-4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2019.

Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / В.И. Лях. – 2-е изд. –М.: Просвещение, 2019.

Е. Я. Гомельский. Баскетбольная секция в школе. / Е. Я. Гомельский. М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2009.

Деятельность, общение, игра в развитии коллектива и формировании личности школьника / Под ред. А.В. Мудрика. - М., 1983. - 146 с.

Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000. - N 41-42. - С. 5,17.

Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. М. Просвещение, 2010. Цифровые и электронные образовательные ресурсы, образовательные платформы • ФГИС «Моя школа» https://myschool.edu.ru/ • Федеральный портал «Единое содержание общего образования» https://edsoo.ru/ • Информационно-коммуникационная платформа «Сферум» https://sferum.ru

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 177207672783977166131780821922435929425640268049

Владелец Денисова Алина Николаевна

Действителен С 02.10.2026 по 02.10.2027