

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Пригорская средняя школа Смоленского района Смоленской области**

РАССМОТРЕНА
на заседании ШМО учителей
начальных классов
Протокол № 1 «29» августа
2022.
Руководитель ШМО
_____ /Н.Н. Цуранова/

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
« 30» августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Пригорской СШ
_____ /В.П. Позновцев/
Приказ от 31.08.2022г. № 330

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
_____ /И.К.Костиди/
30.08.2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
начального общего образования
по внеурочной деятельности
«Юный чемпион»**

2 класс

с. Пригорское
2022/2023 учебный год

Данная рабочая программа ориентирована на обучающихся 2 класса общеобразовательной школы и регламентируется:

1. Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями).

2. Приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. N 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».

3. Приказом Министерства образования и науки РФ от 26.11.2010 №1241 «Об изменениях, которые вносятся в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования», утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373

4. Письмом Минобрнауки России от 14.12.2015г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;

5. Письмом Минобрнауки России «О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности» № 09-1672 от 18.08.2017;

6. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р) и Плана мероприятий по её реализации в 2021 — 2025 годах (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р).

7. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 16 от 30.06.2020 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598 -20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»

8. Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее - СП 2.4.3648-20);

9. Приказом Министерства просвещения России от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

10. Письмом Минпросвещения России от 17.06.2022 г. № 03-871 «Об организации занятий «Разговоры о важном».

11. Санитарными правилами и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее - СанПиН 1.2.3685-21);

12. Рабочей программой воспитания, утвержденная приказом МБОУ Пригорской СШ от 31.08.2022 № 289;

13. Уставом Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Пригорской средней школы Смоленского района Смоленской области, утвержденным постановлением Администрации муниципального образования «Смоленский район» Смоленской области от 16.02.2022 № 271

14. Основной образовательной программой начального общего образования МБОУ Пригорской СШ.

15. Учебным планом внеурочной деятельности МБОУ Пригорской СШ на 2022/2023 учебный год

16. Календарным учебным графиком МБОУ Пригорской СШ на 2022/2023 учебный год.

17. Комплексной программой физического воспитания учащихся В.И. Лях, А.А. Зданевич Физкультура 1–11 классы.

Программа по курсу «Юный чемпион» во 2 классе рассчитана на 34 часа в год с проведением занятий один раз в неделю (согласно календарному учебному графику МБОУ Пригорской СШ на 2022/2023 учебный год).

Срок реализации настоящей программы один год.

Направление деятельности: спортивное.

I. Планируемые результаты изучения курса внеурочной деятельности

Изучение курса «Юный чемпион» по данной программе способствует формированию у учащихся личностных, метапредметных результатов обучения, соответствующих требованиям федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Личностные результаты

У учащихся будут сформированы:

- потребность быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- трудолюбие, как в учебных занятиях, так и в домашних делах;
- любовь к своей Родине – своему родному дому, двору, улице, городу, селу, своей стране;
- миролюбие — умение не затевать конфликтов и стремление решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- потребность беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- стремление узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
- вежливость и опрятность, скромность и приветливость.

Учащийся получит возможность для формирования:

- умения сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;
- уверенности в себе, открытости и общительности, умения не стесняться быть в чём-то непохожим на других ребят; умение ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

Учащиеся научатся:

- принимать и сохранять учебную задачу с помощью учителя;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации с помощью учителя;

- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату под руководством учителя;
- овладение элементами самостоятельной организации учебной деятельности, что включает в себя умения: ставить цели и планировать личную учебную деятельность; оценивать собственный вклад в деятельность группы; проводить самооценку уровня личных учебных достижений.

Познавательные УУД:

- формирование умения строить речевые высказывания в устной форме;
- формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения: поиска и отбора источников информации в соответствии с учебной задачей; понимания информации, представленной в различной знаковой форме — в виде таблиц.

Коммуникативные УУД:

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- формирование умения формулировать собственное мнение и позицию;
- развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии; участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью;
- формирование умения строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- любви к людям и природе;
- ответственного отношения к окружающей среде;
- доброжелательности к живым существам;
- стремления к добрым поступкам, чистым помыслам и чувствам;
- доброты, взаимопонимания, милосердия, веры в созидательные способности человека, культуры общения, интеллигентности как высшей меры воспитанности;
- стремления преодолевать трудности, добиваться успешного достижения поставленных целей.

Оценка планируемых результатов

Для отслеживания результатов предусматриваются нестандартные виды контроля:

- участие в конкурсах, викторинах, турнирах, олимпиадах,
- участие в спортивно-массовых мероприятиях;

II. Содержание курса внеурочной деятельности

1.ОФП с элементами пионербола. (7 ч)

Теория: Инструктаж по ТБ. Правила игры в пионербол. Проведение и организация соревнований.

Практические занятия:

- общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте.
- развитие скоростно-силовых способностей.
- игра в пионербол на заниженной сетке(по упрощенным правилам).
- развитие скоростных способностей.

2. ОФП с элементами баскетбола.(7 ч)

Теория: Инструктаж по ТБ. Правила игры в баскетбол. Проведение и организация соревнований.

Практические занятия:

- передача мяча в парах двумя руками от груди;
- передача мяча одной рукой в парах;
- ведение мяча правой (левой) рукой;
- бросок в щит двумя руками от груди(с ближнего расстояния);
- игры с прыжками с использованием скакалки;
- специальные передвижения без мяча, ведение мяча, подвижные игры на материале баскетбола: «Бросай-поймай», «Выстрел в небо» и др.
- игра в мини-баскетбол(по упрощенным правилам).

3.ОФП с элементами волейбола.(7 ч)

Теория: Инструктаж по ТБ. Правила игры в волейбол. Организация и проведение соревнований.

Практические занятия:

- броски мячами двумя руками над головой;
- развитие силовых способностей. Игра в мини-волейбол(по упрощенным правилам).
- передача мяча через сетку в парах двумя руками;
- стойка волейболиста, перемещение по площадке, подбрасывание мяча, подвижные игры на материале волейбола.

4. ОФП в подвижных играх.(7 ч)

Теория: Инструктаж по ТБ при проведении подвижных игр.

Способы деления на команды. Считалки.

Практические занятия:

- «К своим флажкам», «Лисы и куры»;
- «Удочка», «Невод»;
- «Гусеница», «Волк во рву»;
- «Прыгающие воробушки», «Удочка»;
- «Космонавты»;
- Спортивные эстафеты;
- «День-ночь», «Салки»

5. ОФП.(5 ч)

Теория: Инструктаж по ТБ.

Практические занятия:

- упражнения на воспитание быстроты и ловкости: все упражнения выполняются в парах для поддержания соревновательного духа. В беговых упражнениях на финишной линии можно поставить мяч, и соревнования на быстроту и ловкость приобретут чуть более интересный характер – задача, кто быстрее доберется до мяча; командные эстафеты; подвижные игры.
- упражнения на укрепление мышц спины(статические и динамические упражнения, упражнения с набивным мячом, упражнения в парах) ;
- упражнения для мышц брюшного пресса(статически и динамические упражнения, упражнения с набивным мячом, упражнения в парах);
- упражнение на развитие силы(упражнения в парах с сопротивлением партнера, отжимания от пола и от скамейки, подтягивание на перекладине);
- упражнения для развития гибкости(динамические, статические упражнения, кувырки вперед и назад, гимнастические упражнения);

-упражнения для развития координации(акробатические упражнения, Подвижные игры на ограниченной площади опоры, упражнения для развития чувства равновесия, эстафеты на координацию и равновесие).

6. Промежуточная аттестация (1 ч.)

Промежуточная аттестация. Тест.

Формы и виды деятельности

Эффективность занятий по региональному курсу в значительной степени будет зависеть от разнообразия средств и методов, которые учитель использует в своей работе. Курс «Юный чемпион» предусматривает следующие **методы** работы с детьми: беседа, рассказ, просмотр диапозитивов, диафильмов, кинофильмов, олимпиада, соревнования, эстафеты, веселые старты, участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях .

Формы организации внеурочной деятельности могут быть разнообразными: занятия в зале и на стадионе, экскурсии, в парке, на улицах города (села), уроки - путешествия, игры, викторины и др.

Чтобы изучение курса способствовало развитию учащихся, на занятиях необходимо использовать логические **приемы** мышления: сопоставление, сравнение, выявление различий и сходства в событиях, выявление причин и значения событий и др.

В основе методики преподавания курса лежит проблемно-поисковый подход, информационно-коммуникационная технология, технология личностно-ориентированного обучения, обеспечивающие реализацию развивающих задач учебного предмета. При этом используются разнообразные методы и формы обучения с применением системы средств, составляющих единый учебно-методический комплект.

Методы обучения:

- а) объяснительно-иллюстративный, или информационно-рецептивный: рассказ, лекция, объяснение, демонстрация картин, кино- и диафильмов и т.д.;
- б) репродуктивный: воспроизведение действий по применению знаний на практике, деятельность по алгоритму, программирование;
- в) проблемное изложение изучаемого материала;
- г) частично-поисковый, или эвристический метод;
- д) исследовательский метод, когда учащимся дается познавательная задача, которую они решают самостоятельно, подбирая для этого необходимые методы и пользуясь помощью учителя.

Формы организации процесса обучения:

- индивидуальная;
- парная;
- групповая;
- фронтальная;
- виртуальная экскурсия.
- промежуточная аттестация

III. Тематическое планирование , в том числе с учетом Рабочей программы воспитания

№	Тема	Количество часов			
		Общее кол - во часов	Теория	Практик а	количество часов с учётом РПВ
1.	ОФП с элементами пионербола	7ч	1 ч.	6 ч	

2.	ОФП с элементами баскетбола	7 ч	1 ч.	6 ч	
3.	ОФП с элементами волейбола	7 ч	1 ч.	6 ч	0,5
4.	ОФП в подвижных играх	7 ч	1 ч.	6 ч	
5.	ОФП	5 ч	1 ч.	5 ч	
6.	Промежуточная аттестация .Тест.	1ч	1ч		
	Итого:	34ч	5 ч	29 ч	0,5

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Пригорская средняя школа Смоленского района Смоленской области**

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
_____/И.К. Костиди/
«30» августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Пригорской СШ
_____/В.П. Позновцев/
Приказ от «31» августа 2022г. № 330

**Календарно-тематическое планирование
к рабочей программе
начального общего образования
по внеурочной деятельности
«Юный чемпион»
2 «А» класс**

Маслова Анастасия Сергеевна

**Календарно-тематическое планирование
по курсу внеурочной деятельности «Юный чемпион»
во 2 «А» классе**

Общее количество часов на предмет, курс по учебному плану 34 часа.

По 1 часу в неделю. Всего учебных недель 34.

Количество часов по четвертям: I четверть ____ часов; II четверть ____ часов;

III четверть ____ часов; IV четверть ____ часов.

№ п/п	Тема урока	Дата проведения занятий	
		План	Факт
ОФП с элементами пионербола (7 ч)			
1	Инструктаж по ТБ. Развитие скоростно- силовых качеств. Правила пионербола.		
2	Общеразвивающие упражнения. Развитие координационных качеств. Игра «Перестрелка».		
3	Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра в пионербол на заниженной сетке.		
4	Развитие скоростно-силовых способностей. Игра в пионербол на заниженной сетке.		
5	Развитие скоростных способностей. Эстафеты с бегом и прыжками. Игры.		
6	Развитие скоростных способностей. Эстафеты. Игра по правилам пионербола на заниженной сетке.		
7	Развитие выносливости. общеразвивающие упражнения со скакалкой. Прыжки со скакалкой. Игра по упрощенным правилам пионербола		
ОФП с элементами баскетбола (7 ч)			
8	Инструктаж по ТБ. Развитие скоростных способностей. Передача мяча в парах двумя руками от груди.		
9	Передача мяча одной рукой в парах. Правила баскетбола.		
10	Эстафеты и спортивные конкурсы между командами класса.		
11	Ведение мяча правой (левой) рукой. Развитие скоростно- силовых способностей. Проведение соревнований по баскетболу.		
12	Бросок в щит двумя руками от груди. Развитие скоростно-силовых способностей.		
13	Игры с прыжками с использованием скакалки. Игра в мини-баскетбол(по упрощенным правилам).		
14	Игра в мини-баскетбол соблюдая правила игры(по упрощенным правилам).		
ОФП с элементами волейбола (7 ч)			
15	Инструктаж по ТБ. <i>*Веселые старты посвященные Дню Матери в России</i>		

16	Развитие силовых способностей. Правила игры в волейбол. Броски мячами двумя руками над головой		
17	Игры «Прыгающие воробушки», «Мяч водящему». Развитие силовых способностей.		
18	Развитие силовых способностей. Игра в мини-волейбол.		
19	Развитие скоростно- силовых способностей. Игра в мини-волейбол.		
20	Передача мяча через сетку в парах двумя руками. Игра в мини-волейбол.		
21	Эстафеты. Игры по выбору учащихся.		
ОФП в подвижных играх (7 ч)			
22	Инструктаж по ТБ. Развитие силовых способностей. Игры: «К своим флажкам», «Лисы и куры».		
23	Развитие координационных способностей. Игры: «Удочка», «Невод».		
24	Развитие скоростно- силовых способностей. Игры: «Гусеница», «Волк во рву».		
25	Игры : «Прыгающие воробушки», « Удочка».		
26	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Космонавты».		
27	Спортивные эстафеты между командами классов.		
28	Игры: «День-ночь», «Салки»		
Общая физическая подготовка (6 ч)			
29	Инструктаж по ТБ. Упражнения на воспитание быстроты и ловкости.		
30	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Игры по выбору учащихся.		
31	Упражнения на развитие силы. Игра по выбору учащихся.		
32	Упражнения для развития гибкости. Игра по выбору учащихся.		
33	Упражнения для развития координации. Игра по выбору учащихся.		
34	Промежуточная аттестация . Тест.		

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Пригорская средняя школа Смоленского района Смоленской области**

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
_____/И.К. Костиди/
«30» августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Пригорской СШ
_____/В.П. Позновцев/
Приказ от «31» августа 2022г. № 330

**Календарно-тематическое планирование
к рабочей программе
начального общего образования
по внеурочной деятельности
«Юный чемпион»
2 «Б» класс**

Маслова Анастасия Сергеевна

2022/2023 учебный год

**Календарно-тематическое планирование
по курсу внеурочной деятельности «Юный чемпион»
во 2 «Б» классе**

Общее количество часов на предмет, курс по учебному плану 34 часа.

По 1 часу в неделю. Всего учебных недель 34.

Количество часов по четвертям: I четверть ____ часов; II четверть ____ часов;

III четверть ____ часов; IV четверть ____ часов.

№ п/п	Тема урока	Дата проведения занятий	
		План	Факт
ОФП с элементами пионербола (7 ч)			
1	Инструктаж по ТБ. Развитие скоростно- силовых качеств. Правила пионербола.		
2	Общеразвивающие упражнения. Развитие координационных качеств. Игра «Перестрелка».		
3	Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра в пионербол на заниженной сетке.		
4	Развитие скоростно-силовых способностей. Игра в пионербол на заниженной сетке.		
5	Развитие скоростных способностей. Эстафеты с бегом и прыжками. Игры.		
6	Развитие скоростных способностей. Эстафеты. Игра по правилам пионербола на заниженной сетке.		
7	Развитие выносливости. общеразвивающие упражнения со скакалкой. Прыжки со скакалкой. Игра по упрощенным правилам пионербола		
ОФП с элементами баскетбола (7 ч)			
8	Инструктаж по ТБ. Развитие скоростных способностей. Передача мяча в парах двумя руками от груди.		
9	Передача мяча одной рукой в парах. Правила баскетбола.		
10	Эстафеты и спортивные конкурсы между командами класса.		
11	Ведение мяча правой (левой) рукой. Развитие скоростно- силовых способностей. Проведение соревнований по баскетболу.		
12	Бросок в щит двумя руками от груди. Развитие скоростно-силовых способностей.		
13	Игры с прыжками с использованием скакалки. Игра в мини-баскетбол(по упрощенным правилам).		
14	Игра в мини-баскетбол соблюдая правила игры(по упрощенным правилам).		
ОФП с элементами волейбола (7 ч)			
15	Инструктаж по ТБ. <i>*Веселые старты посвященные Дню Матери в России</i>		
16	Развитие силовых способностей. Правила игры в волейбол. Броски мячами двумя руками над головой		

17	Игры «Прыгающие воробушки», «Мяч водящему». Развитие силовых способностей.		
18	Развитие силовых способностей. Игра в мини-волейбол.		
19	Развитие скоростно- силовых способностей. Игра в мини-волейбол.		
20	Передача мяча через сетку в парах двумя руками. Игра в мини-волейбол.		
21	Эстафеты. Игры по выбору учащихся.		
ОФП в подвижных играх (7 ч)			
22	Инструктаж по ТБ. Развитие силовых способностей. Игры: «К своим флажкам», «Лисы и куры».		
23	Развитие координационных способностей. Игры: «Удочка», «Невод».		
24	Развитие скоростно- силовых способностей. Игры: «Гусеница», «Волк во рву».		
25	Игры : «Прыгающие воробушки», « Удочка».		
26	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Космонавты».		
27	Спортивные эстафеты между командами классов.		
28	Игры: «День-ночь», «Салки»		
Общая физическая подготовка (6 ч)			
29	Инструктаж по ТБ. Упражнения на воспитание быстроты и ловкости.		
30	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Игры по выбору учащихся.		
31	Упражнения на развитие силы. Игра по выбору учащихся.		
32	Упражнения для развития гибкости. Игра по выбору учащихся.		
33	Упражнения для развития координации. Игра по выбору учащихся.		
34	Промежуточная аттестация . Тест.		

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Пригорская средняя школа Смоленского района Смоленской области**

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
_____/И.К. Костиди/
«30» августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Пригорской СШ
_____/В.П. Позновцев/
Приказ от «31» августа 2022г. № 330

**Календарно-тематическое планирование
к рабочей программе
начального общего образования
по внеурочной деятельности
«Юный чемпион»
2 «В» класс**

Маслова Анастасия Сергеевна

**Календарно-тематическое планирование
по курсу внеурочной деятельности «Юный чемпион»
в 2 «В» классе**

Общее количество часов на предмет, курс по учебному плану 34 часа.

По 1 часу в неделю. Всего учебных недель 34.

Количество часов по четвертям: I четверть ____ часов; II четверть ____ часов;

III четверть ____ часов; IV четверть ____ часов.

№ п/п	Тема урока	Дата проведения занятий	
		План	Факт
ОФП с элементами пионербола (7 ч)			
1	Инструктаж по ТБ. Развитие скоростно- силовых качеств. Правила пионербола.		
2	Общеразвивающие упражнения. Развитие координационных качеств. Игра «Перестрелка».		
3	Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра в пионербол на заниженной сетке.		
4	Развитие скоростно-силовых способностей. Игра в пионербол на заниженной сетке.		
5	Развитие скоростных способностей. Эстафеты с бегом и прыжками. Игры.		
6	Развитие скоростных способностей. Эстафеты. Игра по правилам пионербола на заниженной сетке.		
7	Развитие выносливости. общеразвивающие упражнения со скакалкой. Прыжки со скакалкой. Игра по упрощенным правилам пионербола		
ОФП с элементами баскетбола (7 ч)			
8	Инструктаж по ТБ. Развитие скоростных способностей. Передача мяча в парах двумя руками от груди.		
9	Передача мяча одной рукой в парах. Правила баскетбола.		
10	Эстафеты и спортивные конкурсы между командами класса.		
11	Ведение мяча правой (левой) рукой. Развитие скоростно- силовых способностей. Проведение соревнований по баскетболу.		
12	Бросок в щит двумя руками от груди. Развитие скоростно-силовых способностей.		
13	Игры с прыжками с использованием скакалки. Игра в мини-баскетбол(по упрощенным правилам).		
14	Игра в мини-баскетбол соблюдая правила игры(по упрощенным правилам).		
ОФП с элементами волейбола (7 ч)			
15	Инструктаж по ТБ. <i>*Веселые старты посвященные Дню Матери в России</i>		
16	Развитие силовых способностей. Правила игры в		

	волейбол. Броски мячами двумя руками над головой		
17	Игры «Прыгающие воробушки», «Мяч водящему». Развитие силовых способностей.		
18	Развитие силовых способностей. Игра в мини-волейбол.		
19	Развитие скоростно- силовых способностей. Игра в мини-волейбол.		
20	Передача мяча через сетку в парах двумя руками. Игра в мини-волейбол.		
21	Эстафеты. Игры по выбору учащихся.		
ОФП в подвижных играх (7 ч)			
22	Инструктаж по ТБ. Развитие силовых способностей. Игры: «К своим флажкам», «Лисы и куры».		
23	Развитие координационных способностей. Игры: «Удочка», «Невод».		
24	Развитие скоростно- силовых способностей. Игры: «Гусеница», «Волк во рву».		
25	Игры : «Прыгающие воробушки», « Удочка».		
26	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Космонавты».		
27	Спортивные эстафеты между командами классов.		
28	Игры: «День-ночь», «Салки»		
Общая физическая подготовка (6 ч)			
29	Инструктаж по ТБ. Упражнения на воспитание быстроты и ловкости.		
30	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса. Игры по выбору учащихся.		
31	Упражнения на развитие силы. Игра по выбору учащихся.		
32	Упражнения для развития гибкости. Игра по выбору учащихся.		
33	Упражнения для развития координации. Игра по выбору учащихся.		
34	Промежуточная аттестация . Тест.		