

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство общего и профессионального образования

Ростовской области

Районный отдел образования Администрации

Пролетарского района Ростовской области

МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 5357284)

Спортивные игры

для обучающихся 5 - 9 классов классов

х. Мокрая Ельмута 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Спортивные игры можно с уверенностью назвать универсальным средством физического воспитания. С их помощью достигается цель - формирование основ физической и духовной культуры личности, повышение ресурсов здоровья как системы ценностей, активно и долгосрочно реализуемых в здоровом стиле жизни. Велика роль спортивных игр в решении задач физического воспитания в широком возрастном диапазоне, таких, как формирование осознанной потребности в освоении ценностей здоровья, физической культуры и спорта; физическое совершенствование и укрепление здоровья как условия обеспечения и достижения высокого уровня профессионализма в социально значимых видах деятельности; природообразное и индивидуально приемлемое развитие физического потенциала, обеспечивающего достижение необходимого и достаточного уровня физических качеств, системы двигательных умений и навыков; физкультурное общее образование, направленное на освоение интеллектуальных, технологических, нравственных и эстетических ценностей физической культуры; актуализация знаний на уровне навыков проведения самостоятельных занятий и умений приобщать к ним других. Эффективность спортивных игр в содействии гармоничному развитию личности объясняется, во-первых, их спецификой, во-вторых, глубоким разносторонним воздействием на организм занимающихся, развитием физических качеств и освоением жизненно важных двигательных навыков; в-третьих, доступностью для людей различного возраста и подготовленности (уровень физической нагрузки регулируется в широком диапазоне - от незначительной в занятиях с оздоровительной направленностью до предельного физического и психического напряжения на уровне спорта высших достижений); в-четвертых, эмоциональным зарядом, здесь по этому признаку все равны - «и стар и млад»; в-пятых, спортивные игры уникальное зрелище, по этому признаку с ними не могут сравниться другие виды спорта. Основными характеристиками спортивных игр являются то, что они развивают не только основные группы мышц, но и в целом многие другие незаменимые для человека качества, такие как ловкость, выносливость, моторику, физическую силу. Каждая спортивная игра улучшает у занимающихся определенные показатели. Баскетбол развивает точность при метании мяча, с максимальным отклонением от цели на 20 сантиметров. Если говорить про спортивные игры то каждая игра имеет свой сюжет, а исходя из сюжета и правил выходит, что каждая спортивная игра имеет и свою тактику. Отсюда делаем вывод, что помимо

физических качеств спортивные игры способствуют развитию таких «нефизических» качеств как логика, быстрое реагирование на сложившуюся ситуацию, то есть, развивают человека умственно. Кроме того, в спортивных играх помимо общей физической подготовки и технической стороны обязательно должна присутствовать как теоретическая так тактическая подготовка. Причем, последней уделяется не меньше времени в подготовке, чем общей физической. Спортивные игры способствуют развитию быстроты, силы, ловкости и специальной выносливости к выполнению работы переменной мощности. Большой объем тренировочных нагрузок требует также развития общей выносливости. Двигательные навыки у занимающихся спортивными играми разнообразны. Сложность их обусловлена тем, что спортсмен должен вести мяч, выполнять передачи и другие игровые приемы непосредственно в момент быстрого передвижения по площадке. В спортивных играх, как в других видах спорта, необходима автоматизация двигательных навыков. Чем она выше, тем эффективнее деятельность спортсмена. Автоматизировано должны осуществляться отдельные игровые приемы. Занятия спортивными играми совершенствуют подвижность нервных процессов. Подвижность нервных процессов необходима не только для быстрой смены структуры и темпа движений, но и для соответствующего изменения деятельности органов дыхания и кровообращения.

Цель программы внеурочной деятельности «Спортивные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими задачами:

1. пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
2. популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
3. формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
4. обучение технике и тактике спортивных игр;
5. развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
6. формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
7. воспитание моральных и волевых качеств.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5 КЛАСС

1. Баскетбол 1. Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком.

2. Остановка двумя руками и прыжком.

3. Ловля и передача мяча двумя руками от груди.

4. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника.

5. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.

6. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.

7. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания.

2. Волейбол 1. Основные линии разметки спортивного зала. Закрепление техники передачи

2. Передачи мяча двумя руками на месте и после перемещения.

3. Передачи двумя руками в парах, тройках. Передачи мяча над собой, через сетку.

4. Верхняя прямая подача (с расстояния 3-6 метров от сетки, через сетку).

5. Прием мяча. Прием подачи.

6. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.

7. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки.

8. Подвижные игры, эстафеты с мячом.

3. Футбол

1. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.

2. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой.

3. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу.

4. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.

5. Игра в мини-футбол.

6 КЛАСС

1. Подвижные игры

1. Игры с бегом

2. Игры с метанием

3. Игры с прыжками

2. Баскетбол

1. Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком.
2. Остановка двумя руками и прыжком.
3. Ловля и передача мяча двумя руками от груди.
4. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника.
5. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.
6. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.
7. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания.

3. Волейбол

1. Основные линии разметки спортивного зала. Закрепление техники передачи
2. Передачи мяча двумя руками на месте и после перемещения.
3. Передачи двумя руками в парах, тройках. Передачи мяча над собой, через сетку.
4. Верхняя прямая подача (с расстояния 3-6 метров от сетки, через сетку).
5. Прием мяча. Прием подачи.
6. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.
7. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки.
8. Подвижные игры, эстафеты с мячом.

4. Футбол

1. Утренняя физическая зарядка. Предматчевая разминка. Что запрещено при игре в футбол.
2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.
3. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой.
4. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу.
5. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.
6. Игра в мини-футбол.
7. Подвижные игры на основе футбола («Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд»).

5. Подвижные игры

- 1.Игры с бегом
- 2.Игры с метанием
3. Игры с прыжками

7 КЛАСС

1.Формирование системы знаний о ЗОЖ.

Правильное дыхание при длительных физических нагрузках. Значение и важность регулярных физических нагрузок и здорового питания.

2. Подвижные игры:

«мяч среднему», «Двумя мячами через сетку», «Не дай мяч водящему», «Перестрелка».

3.Волейбол. Правила и тактика игры. Игры с передачами мяча: «Передачи в движении», «Вызов номеров», «мяч среднему с помощью волейбольных передач», «Не урони мяч», «Поймай и передай», «Лапта волейболистов»

3. Баскетбол.

Правила игры. Игра в мини-баскетбол по правилам . Подвижные игры: «мяч среднему с помощью баскетбольных передач», «Передал – садись», «Гонка мяча по кругу», «Не давай мяч водящему», эстафета с ведением и броском баскетбольного мяча в корзину, «борьба за мяч», «С двумя мячами навстречу»

4. Футбол.

Правила игры. Игра в мини-футбол по упрощенным правилам. Подвижные игры: «За мячом противника», «Быстрее к флажку», «мяч среднему с помощью футбольных передач», «Попади в цель»

5. Бадминтон.

Хваты ракетки, передача и подача волана через сетку. Игра в бадминтон

8 КЛАСС

1.Формирование системы знаний о ЗОЖ.

Понимание ответственности каждого за свое здоровье. Правильное дыхание при длительных физических нагрузках. Значение и важность регулярных физических нагрузок.

2. Подвижные игры:

. «Паутина», «Третий лишний», «Охрана перебежек», «Перестрелка».

3.Волейбол.

Правила и тактика игры. Игры с передачами мяча: «Не урони мяч», «Вызов номеров», Поймай и передай», «Передачи в движении», «Лапта волейболистов»

4. Баскетбол.

Правила игры. Игра в мини-баскетбол по правилам . Подвижные игры: «Передал – садись», «Гонка мяча по кругу», «Не давай мяч водящему», эстафета с ведением и броском баскетбольного мяча в корзину, «борьба за мяч»,» Гонка игроков, ведущих мяч», «С двумя мячами навстречу»

5. Футбол.

Правила игры. Игра в мини-футбол по упрощенным правилам. Подвижные игры: «За мячом противника», «Быстрее к флажку», «Самый меткий», «Попади в цель»

6. Гандбол .

Правила игры. Игра в гандбол по упрощенным правилам. Подвижные игры: «Летающий мяч», «Перехвати мяч», »Охотники и зайцы», «Попади в мяч», «Кто больше забросит мячей»

7. Бадминтон.

Хваты ракетки, передача и подача волана через сетку. Игра в бадминтон

9 КЛАСС

1. Формирование системы знаний о ЗОЖ.

Понимание ответственности каждого за свое здоровье. Правильное дыхание при длительных физических нагрузках. Значение и важность регулярных физических нагрузок.

2. Подвижные игры »Паутина», «Третий лишний», «Охрана перебежек», «Перестрелка», «Мяч с четырех сторон».

3. Волейбол.

Правила и тактика игры. Игры с передачами мяча: «Летучий мяч», «Мяч об стену», «Лапта волейболистов», «Вышибалы через сетку».

4. Баскетбол.

Правила игры. Игра в мини-баскетбол по правилам. Подвижные игры: «Мяч за черту», «Мяч с четырех сторон», эстафета с ведением и броском баскетбольного мяча в корзину, «Мяч ловцу», «Наперегонки с мячом».

5. Футбол.

Правила игры. Игра в мини-футбол по упрощенным правилам. Подвижные игры: «Ножной мяч в кругу», «Сквозь защиту противника», эстафеты с ведением мяча ногой.

6. Гандбол.

Правила игры. Игра в гандбол по упрощенным правилам. Подвижные игры: «Летающий мяч», «Перехвати мяч», »Охотники и зайцы», «Попади в мяч», «Кто больше забросит мячей».

7. Бадминтон.

Хваты ракетки, передача и подача волана через сетку. Игра в бадминтон.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся: формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;

- - развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- - формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- - способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- - умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- - способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- - умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- - формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **должны знать:**

- - особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- - правила оказания первой помощи;
- - способы сохранения и укрепления здоровья;

- - свои права и права других людей;
- - влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- - значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны

уметь:

- - составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- - выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- - заботиться о своем здоровье;
- - применять коммуникативные и презентационные навыки;
- - оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- - находить выход из стрессовых ситуаций;
- - принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- - адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- - отвечать за свои поступки;
- - отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Формирование системы знаний о ЗОЖ	0			
2	Баскетбол	10			
3	Волейбол	14			
4	Футбол	10			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Формирование системы знаний о ЗОЖ	0			
2	Подвижные игры	8			
3	Баскетбол	8			
4	Игры на основе баскетбола 2 Волейбол	8			
5	Футбол	10			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Основы знаний о подвижных и спортивных играх	0			
2	Подвижные игры	10			
3	Спортивные игры (футбол, баскетбол, волейбол)	18			
4	Бадминтон	6			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

8 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Формирование системы знаний о ЗОЖ	0			
2	Подвижные игры	10			
3	Спортивные игры (футбол, баскетбол, волейбол, гандбол)	24			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

9 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Формирование системы знаний о ЗОЖ	0			
2	Подвижные игры	6			
3	Спортивные игры (футбол, баскетбол, волейбол, гандбол)	28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Правила ТБ. Стойки игрока, перемещения в стойке. Ловля и передача мяча на месте и в движении	2	0	2	
2	Варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника. Игра в баскетбол	2	0	2	
3	Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника. Игра в баскетбол	2	0	2	
4	Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок. Игра в баскетбол	2	0	2	
5	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	2	0	2	
6	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Передачи мяча над собой. Нижняя прямая подача мяча. Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Игра в пионербол	2	0	2	
7	Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Игра в	2	0	2	

	пионербол с элементами волейбола				
8	Нижняя прямая подача мяча. Передача мяча сверху двумя руками. Нижняя боковая подача мяча. Передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча снизу двумя руками. Нижняя боковая подача мяча. Передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча снизу двумя руками. Игра в пионербол с элементами волейбола	2	0	2	
9	Игра по упрощённым правилам в волейбол.	8	0	8	
10	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Игра в мини-футбол	2	0	2	
11	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Игра в мини-футбол	2	0	2	
12	Удары по воротам на точность попадания мячом в цель. Остановка мяча Игра в мини-футбол	2	0	2	
13	Игра по упрощённым правилам в мини-футбол	4	0	4	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игры с бегом: «Быстро возьми-быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишки», «Хитрая лиса», «Третий лишний», Игра «Вышибалы с перебежками», «Вышибалы с четырех сторон»	2	0	2	
2	Веселые старты с элементами бега, прыжков, метания «Канатоходец», «Разойдись не упади», «Шагай через кочки», «Донеси мешочек»	2	0	2	
3	Игры с прыжками: «Не намочи ноги», «Удочка», «Волк во рву», Игры с метанием: « Мяч через веревку», «Кто самый меткий?», «Охотники и зайцы», «Штандер», «Вышибалы», «Выбей мяч»	2	0	2	
4	Игра «Перестрелка», игра на внимание Игра «Волейбольная лапта»	2	0	2	
5	Варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника. Игра в баскетбол	2	0	2	
6	Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника. Игра в баскетбол	2	0	2	

7	Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок. Игра в баскетбол	2	0	2	
8	Игра в баскетбол	2	0	2	
9	Передачи мяча над собой. Нижняя прямая подача мяча. Игра в пионербол	2	0	2	
10	Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Игра в пионербол с элементами волейбола	2	0	2	
11	Игра по упрощённым правилам в волейбол.	4	0	4	
12	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Игра в мини-футбол	2	0	2	
13	Удары по воротам на точность попадания мячом в цель. Остановка мяча Игра в мини-футбол	2	0	2	
14	Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам. Игра в мини-футбол	4	0	4	
15	Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Игра в мини-футбол	2	0	2	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игра «Мяч среднему» , пионербол	2	0	2	
2	Игра «двумя мячами через сетку»	2	0	2	
3	Игры с метанием (вышибалы, сильный бросок, вышибалы с четырех сторон)	2	0	2	
4	Игра «двумя мячами через сетку»	2	0	2	
5	Игра перестрелка	2	0	2	
6	«Эстафета с ведением и броском баскетбольного мяча в корзину»	2	0	2	
7	Игра в баскетбол по упрощенным правилам	2	0	2	
8	Игра «двумя мячами через сетку»	2	0	2	
9	Игра в волейбол	2	0	2	
10	Игра в баскетбол по упрощенным правилам	2	0	2	
11	Игры с элементами баскетбола	2	0	2	
12	Игра «мяч среднему» с элементами футбола	2	0	2	
13	Игра в мини-футбол, пионербол	2	0	2	
14	Игра в мини-футбол	2	0	2	
15	Эстафеты с бегом, прыжками	2	0	2	
16	Игра в бадминтон	4	0	4	

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	34	
--	----	---	----	--

8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игра в футбол	2	0	2	
2	Игра перестрелка	2	0	2	
3	Игра в волейбол	2	0	2	
4	Игра в бадминтон	2	0	2	
5	Игра перестрелка	2	0	2	
6	Игра «Передача в движении» Игра в волейбол	2	0	2	
7	Игра «Пасовка волейболистов» Игра в волейбол	2	0	2	
8	Эстафета с ведением и бросками мяча в корзину. Игра в баскетбол	2	0	2	
9	Игра «Два мяча через сетку» Игра волейбол	2	0	2	
10	Игра в бадминтон	2	0	2	
11	Игра в футбол	2	0	2	
12	Игра «За мячом противника» .Игра в гандбол	2	0	2	
13	Игра в мини-баскетбол	2	0	2	
14	Игра «Борьба за мяч» Игра в баскетбол	2	0	2	
15	Игра «Мяч капитану» Игра в баскетбол	2	0	2	
16	Игра в бадминтон	2	0	2	

17	Игра по выбору	2	0	2	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

9 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игра в волейбол. Игра «Мяч об стену»	2	0	2	
2	Игра в бадминтон	4	0	4	
3	Игра в волейбол. Игра «Не урони мяч»	2	0	2	
4	. Игра «Мяч за черту» Игра в баскетбол	2	0	2	
5	Игра в футбол. Игра «Летающий мяч»	2	0	2	
6	Игра перестрелка	2	0	2	
7	Игра »Попади в мяч» Игра в гандбол	2	0	2	
8	Эстафета с ведением и бросками мяча в корзину. Игра в баскетбол	2	0	2	
9	Игра «Перехвати мяч» Игра в гандбол	2	0	2	
10	Игра «Два мяча через сетку» Игра волейбол	2	0	2	
11	Игра «Мяч в центр» Игра в баскетбол	2	0	2	
12	. Игра в волейбол	2	0	2	
13	Игра в мини-баскетбол	2	0	2	
14	Игра «Мяч с четырех сторон» Игра в баскетбол	2	0	2	
15	Игра «Ловкая подача» Игра в волейбол	2	0	2	

16	Игра по выбору	2	0	2	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

