

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Няшабожская средняя общеобразовательная школа»  
«Няшабожса шёр школа» муниципальной съёмкуд велёдан учреждение

«Согласовано» Заместитель директора по ВР <u>Рочева</u> /Рочева А.В./ « <u>01</u> » <u>09</u> 2022г.	«Утверждено» Директор школы <u>Бабилов</u> /Бабилов Д.А./ « <u>01</u> » <u>09</u> 2022г.
---	---

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

«Подвижные игры»

(наименование учебного предмета, курса)

начальное общее образование

(уровень образования)

1 год

(срок реализации программы)

Составлена на основе: Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) начального общего образования, Примерной адаптированной основной образовательной программы начального общего образования с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

кем Рочевым Павлом Ефимовичем

(ФИО учителя или группы учителей, составивших рабочую программу курса)

## **Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета «Подвижные игры»**

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.**

В результате изучения предмета «подвижные игры» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

#### **Личностные результаты: у выпускника будут сформированы:**

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебнопознавательные и внешние мотивы;
- учебнопознавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к оценке своей учебной деятельности;
- основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;
- основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;
- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой.

#### **Выпускник получит возможность для формирования:**

- *внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательной организации, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебнопознавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;*
- *выраженной устойчивой учебнопознавательной мотивации учения;*
- *устойчивого учебнопознавательного интереса к новым общим способам решения задач;*
- *адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;*
- *положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;*
- *компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;*
- *морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учета позиций партнеров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;*
- *установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;*
- *осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;*
- *эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь другим и обеспечение их благополучия.*

### **Регулятивные универсальные учебные действия**

#### **Выпускник научится:**

- *принимать и сохранять учебную задачу;*
- *учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;*
- *планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;*
- *учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;*
- *осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;*
- *оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;*

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и иностранном языках.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- *в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;*
- *преобразовывать практическую задачу в познавательную;*
- *проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;*
- *самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;*
- *осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;*
- *самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.*

**Познавательные универсальные учебные действия**

**Выпускник научится:**

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет;
- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
- использовать знаковосимволические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные), для решения задач;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;
- основам смыслового восприятия художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из сообщений разных видов (в первую очередь текстов);

- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинноследственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи;
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
- устанавливать аналогии;
- владеть рядом общих приемов решения задач.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- *осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;*
- *записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ;*
- *создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;*
- *осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;*
- *осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;*
- *осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;*
- *осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;*
- *строить логическое рассуждение, включающее установление причинноследственных связей;*
- *произвольно и осознанно владеть общими приемами решения задач.*

**Коммуникативные универсальные учебные действия**

**Выпускник научится:**

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой

коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;

- 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;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнера;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть - диалогической формой речи.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- *учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;*
- *учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;*
- *понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;*
- *аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;*
- *продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций всех участников;*
- *с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;*
- *задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;*
- *осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;*
- *адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач, планирования и регуляции своей деятельности.*

## **Метапредметные результаты:**

### **Поиск информации и понимание прочитанного**

#### **Выпускник научится:**

- находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде;
- определять тему и главную мысль текста;
- делить тексты на смысловые части, составлять план текста;
- вычленять содержащиеся в тексте основные события и устанавливать их последовательность; упорядочивать информацию по заданному основанию;
- сравнивать между собой объекты, описанные в тексте, выделяя 2—3 существенных признака;
- понимать информацию, представленную в неявном виде (например, находить в тексте несколько примеров, доказывающих приведенное - утверждение;
- характеризовать явление по его описанию; выделять общий признак группы элементов);
- понимать информацию, представленную разными способами: словесно, в виде таблицы, схемы, диаграммы;
- понимать текст, опираясь не только на содержащуюся в нем информацию, но и на жанр, структуру, выразительные средства текста;
- использовать различные виды чтения: ознакомительное, изучающее, поисковое, выбирать нужный вид чтения в соответствии с целью чтения;
- ориентироваться в соответствующих возрасту словарях и справочниках.

#### **Выпускник получит возможность научиться:**

- *использовать формальные элементы текста (например, подзаголовки, сноски) для поиска нужной информации;*
- *работать с несколькими источниками информации;*
- *сопоставлять информацию, полученную из нескольких источников.*

### **Преобразование и интерпретация информации**

#### **Выпускник научится:**

- пересказывать текст подробно и сжато, устно и письменно;
- соотносить факты с общей идеей текста, устанавливать простые связи, не показанные в тексте напрямую;
- формулировать несложные выводы, основываясь на тексте; находить аргументы, подтверждающие вывод;
- сопоставлять и обобщать содержащуюся в разных частях текста информацию;

- составлять на основании текста небольшое монологическое высказывание, отвечая на поставленный вопрос.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- *делать выписки из прочитанных текстов с учетом цели их дальнейшего использования;*
- *составлять небольшие письменные аннотации к тексту, отзывы о прочитанном.*

**Оценка информации**

**Выпускник научится:**

- высказывать оценочные суждения и свою точку зрения о прочитанном тексте;
- оценивать содержание, языковые особенности и структуру текста; определять место и роль иллюстративного ряда в тексте;
- на основе имеющихся знаний, жизненного опыта подвергать сомнению достоверность прочитанного, обнаруживать недостоверность получаемых сведений, пробелы в информации и находить пути восполнения этих пробелов;
- участвовать в учебном диалоге при обсуждении прочитанного или прослушанного текста.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- *сопоставлять различные точки зрения;*
- *соотносить позицию автора с собственной точкой зрения;*
- *в процессе работы с одним или несколькими источниками выявлять достоверную (противоречивую) информацию.*

**Физическое совершенствование**

**Выпускник научится:**

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



### **Выпускник получит возможность научиться:**

- *сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;*
- *выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;*
- *играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;*
- *выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;*
- *выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).*

### **Предметные результаты.**

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы). На материале легкой атлетики

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных

положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

## **Содержание курса**

### **4в класс**

Знакомство со спортивным залом. Правила ТБ.

Игра «Салки на одной ноге». Эстафеты.

Русская народная игра «Жмурки», «Пятнашки». Знакомство с играми своего народа.

Подвижная игра «День и ночь». Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе.

Русская народная игра «Охотники и зайцы». Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны. Развитие координации движений.

Подвижная игра «На буксире». Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания.

Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».

Игровые упражнения по совершенствованию двигательных навыков.

Русская народная подвижная игра «Горелки». Эстафета «Быстрые и ловкие». Воспитание чувства коллективизма и ответственности.

Русская народная игра «Волк», «Птицелов». Развиваем быстроту и ловкость.

Подвижная игра «Выше ноги от земли». Воспитывать инициативу, культуру

поведения, творческий подход к игре.

Эстафета по кругу. Развитие координации. Русская народная игра «Ловушки с приседаниями», «Ляпки мячом». Развитие физических способностей учащихся.

Эстафета с мячом. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения.

Спортивная игра «Футбол». Футбольные упражнения передача мяча. Различные варианты футбольных упражнений в паре. Правила ТБ. Подвижная игра «Осада города»

Знакомство с баскетболом. Броски и ловля мяча в парах. Правила ТБ. Эстафеты с мячом. Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо. Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу» и «сверху». Спортивная игра «Баскетбол»

Броски мяча через волейбольную сетку на точность; с дальних дистанций. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Мячик кверху», «Блуждающий мяч». Пионербол как вид спорта. Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.

Эстафета по кругу. Развитие координации. Подвижная игра «Не боимся мы кота». Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе. Эстафета с мячом. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения.

#### Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы 4в класс

№	Тема занятий	Количество часов	Характеристики основных видов деятельности учащихся
1	Знакомство со спортивным залом. Правила ТБ.	1	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками.
2	Игра «Салки на одной ноге».	1	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие - подбор одежды и обуви для занятий физической культуры.
3	Эстафеты.	1	-эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу.
4	Русская народная игра «Жмурки», «Пятнашки». Знакомство с играми своего народа.	1	-вести дискуссию, правильно выражать свои мысли.  Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.
5	Русская народная игра «Жмурки», «Пятнашки». Знакомство с играми своего народа.	1	- Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями - осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами
6	Подвижная игра «День и	1	- самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или

	ночь». Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе.		ошибочность результата Знать различия длины шагов бега и где их можно применять.
7	Русская народная игра «Охотники и зайцы». Воспитание уважительного отношения к культуре родной страны. Развитие координации движений.	1	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время игр. Уметь взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи. Знать правила техники безопасности.
8	Подвижная игра «На буксире». Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания.	1	-Управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях. - знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом
9	Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».	1	- осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами - вести дискуссию, правильно выражать свои мысли
10	Оздоровительный бег. Игры «Через кочки и пенечки», бегом, прыжками, метаниями «Кто дальше бросит».	1	Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с соблюдением правил игр и безопасность.
11	Игровые упражнения по совершенствованию двигательных навыков.	1	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками - физические качества и их связь с физическим развитием. Знать правила подвижной игры. - потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог - уметь взаимодействовать в команде при проведении подвижных игр
12	Русская народная подвижная игра «Горелки».	1	-Развитие этических чувств, доброжелательности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах,
13	Эстафета «Быстрые и ловкие». Воспитание чувства коллективизма и ответственности.	1	- рассказывать правила тестирования метания мешочка на дальность, играть в подвижную игру «Горелки».
14	Русская народная игра «Волк», «Птицелов». Развиваем быстроту и ловкость.	1	- сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения.
15	Подвижная игра «Выше ноги от земли». Воспитывать инициативу, культуру поведения, творческий подход к игре.	1	Развитие мотивов учебной деятельности, развитие этических чувств, доброжелательности и сочувствия другим людям - Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.
16	Эстафета по кругу. Развитие координации.	1	- видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель.
17	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями», «Ляпки мячом». Развитие	1	- выполнять футбольные упражнения, играть в

	физических способностей учащихся.		подвижную игру «Перестрелка».
18	Эстафета с мячом. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения.	1	Знать, какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в футбол.
19	Спортивная игра «Футбол».	1	- Выполнять броски и ловлю мяча в парах.
20	Футбольные упражнения передача мяча.	1	-Выполнять разминку с мячами в парах, знать, как выполняются броски и ловля мяча в парах, правила игры «Осада города».
21	Различные варианты футбольных упражнений в паре. Правила ТБ	1	-Развитие навыков сотрудничества, со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,
22	Подвижная игра «Осада города»	1	- эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения.
23	Знакомство с баскетболом. Броски и ловля мяча в парах. Правила ТБ	1	- сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.
24	Эстафеты с мячом	1	- участвовать в эстафетах с мячом, играть в подвижные игры с мячами – хопами.
25	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо.	1 различные	Знать варианты бросков мяча в баскетбольное кольцо, правила спортивной игры «Баскетбол».
26	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу» и «сверху».	1	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
27	Спортивная игра «Баскетбол»	1	- бросать мяч через волейбольную сетку заданным способом, играть в подвижную игру «Забросай противника мячами», «Вышибалы через сетку»
28	Броски мяча через волейбольную сетку на точность; с дальних дистанций.	1	«Мячик кверху», «Блуждающий мяч».
29	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: «Мячик кверху», «Блуждающий мяч».	1	-выполнять волейбольные упражнения и играть в подвижную игру «Пионербол».
30	Пионербол как вид спорта.	1	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время игр. Уметь взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи. Знать правила техники безопасности.
31	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.	1	
32	Эстафета по кругу. Развитие координации.	1	
33	Подвижная игра «Не боимся мы кота». Развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания, умения действовать в коллективе.	1	
34	Эстафета с мячом. Развитие быстроты реакций, внимание, навыки передвижения.	1	