

## **2.1.16. Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб «Олимп»**

### **Содержание курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб «Олимп»**

#### **1 класс**

##### **Русские народные игры**

Игры на Руси. Их история. Проведение подвижной игры «Ловушки», «Паровозик». Условия и правила игры. Проведение игры «Белые медведи». Знакомство с игрой «На одной ноге», «Петушиный бой», «Веселый бег». Особенности игры. Знакомство с игрой «Горелки», «Попади в след». Проведение игры. Знакомство с игрой «Охота на тигра». Правила игры. Проведение игры «Землемеры». Правила и условия игры. Знакомство с игрой «Донести рыбку». Знакомство с игрой «Черепаша-путешественница». Знакомство с игрой «Собери орехи». Проведение игры.

##### **Игры народов мира**

Игры народов мира. Особенности игры. Знакомство с игрой. Правила и условия игры. Разучивание игры. Совершенствование разученной игры.

Башкирская народная игра «Липкие пеньки». Бурятские народные игры: «Табун», «Волк и ягнята». Осетинские народные игры: «Перетягивание», «Борьба за флажки», «Жмурки». Татарские народные игры: «Хлопушки», «Займи место», «Лисички и курочки». Карельская народная игра «Пятнашки на санках». Чувашская народная игра «Луна или Солнце». Якутская народная игра «Один лишний». Белорусские народные игры: «Прела – горела», «Заяц – месяц». Азербайджанская народная игра «Вытащи платок». Бурятские народные игры: «Бабки – лодыжки», «Иголлка, нитка, узелок». Якутские народные игры: «Летающий диск», «Соколиный бой».

#### **2-4 классы**

##### **Флорбол**

Общая физическая подготовка:

- развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости;
- совершенствование навыков естественных движений;
- подготовка к сдаче и выполнение нормативов;
- ОРУ;
- легкоатлетические упражнения;
- бег, прыжки, метания;
- спортивные и подвижные игры.

Специальная физическая подготовка:

- упражнения для привития навыков быстроты ответных действий;
- подвижные игры;
- упражнения для развития прыгучести;
- упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча;
- упражнения, необходимые для выполнения ударов;

Практические занятия по технике нападения.

Действия без мяча:

- перемещения и стойки – стартовая стойка в сочетании с перемещениями;

- ходьба скрестным шагом вправо, влево, спиной вперед, перемещения приставными шагами спиной вперед;

- двойной шаг назад, вправо, влево, остановка прыжком.

Действия с мячом.

- передача мяча клюшкой – передача на точность, с перемещением в парах;

- встречная передача, передача в треугольнике;

Прием мяча в парах

- подача мяча: нижняя прямая на точность, нижняя боковая на точность;

- нападающие удары;

- прием, остановка мяча.

Практические занятия по тактике нападения:

Индивидуальные, групповые и командные взаимодействия.

Практические занятия по тактике в защите:

- индивидуальные действия. выбор места: при приеме мяча, страховке партнера, принимающего мяч от партнера и обманной передачи. при действиях с мячом:

- групповые действия. взаимодействия игроков при приеме передачи. прием передач. расположение игроков при приеме передач.

**Баскетбол Общая физическая подготовка.**

Развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости. Совершенствование навыков естественных движений. Подготовка к сдаче и выполнение нормативов. ОРУ баскетболиста. Легкоатлетические упражнения. Бег, прыжки, метания. Спортивные и подвижные игры.

Специальная физическая подготовка:

Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. Подвижные игры. Упражнения для развития прыгучести. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча. Упражнения, направленные на технические действия в игре. Упражнения, направленные на тактические действия в игре.

Практические занятия по технике нападения. Действия без мяча:

Перемещения и стойки – стартовая стойка в сочетании с перемещениями. Ходьба скрестным шагом вправо, влево, спиной вперед, перемещения приставными шагами спиной вперед. Двойной шаг назад, вправо, влево, остановка прыжком.

Действия с мячом.

Передача двумя руками от груди – передача на точность, с перемещением в парах. Перемещения баскетболиста. Броски мяча в корзину. Дальняя передача мяча одной рукой. Передача мяча с ударом в пол.

Практические занятия по тактике нападения: Индивидуальные, групповые и командные взаимодействия. Практические занятия по тактике в защите:

Индивидуальные действия. Выбор места: при мяча, при страховке партнера, принимающего мяч от обманной передачи. При действиях с мячом: выбор способа приема мяча. Групповые действия. Взаимодействия игроков в игре. Прием передач. Расположение игроков на площадке.

**Футбол общая и специальная физическая подготовка.**

Утренняя гигиеническая гимнастика школьника. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, хоккей с мячом. Практические занятия. Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами ту-

ловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с набивным мячом (масса 1 – 2 кг.) Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине. «Полушпагат».

Упражнение в висах и упорах. Лёгкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Прыжки с разбега в длину. Прыжки с места в длину.

Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места и с подхода шагом).

Подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Защита крепости». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переносом набивных мячей.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол по упрощённым правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5 – 10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

Техника и тактика игры.

Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

Техника передвижения. Практические занятия. Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

Остановка мяча. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах.

Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в «малый футбол».

Практические занятия. Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных

способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. Осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот. Учебно-тренировочная игра. Анализ проведенной игры.

### **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

#### **«Спортивный клуб «Олимп»**

Программа обеспечивает достижение следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

#### **Личностные результаты**

Личностные результаты освоения программы начального общего образования должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе, в том числе в части:

Гражданско-патриотического воспитания:

становление ценностного отношения к своей Родине - России;

осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;

сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;

уважение к своему и другим народам;

первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Духовно-нравственного воспитания:

признание индивидуальности каждого человека;

проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;

неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

Эстетического воспитания:

уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;

стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);

бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Трудового воспитания:

осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

Экологического воспитания:

бережное отношение к природе;  
неприятие действий, приносящих ей вред.

Ценности научного познания:

первоначальные представления о научной картине мира;  
познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

### **Метапредметные результаты**

В результате изучения курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб «Олимп» у обучающегося будут сформированы следующие познавательные универсальные учебные действия.

Базовые логические действия:

сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;

объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;

определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;

выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;

устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы.

Базовые исследовательские действия:

определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;

с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;

сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);

проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть - целое, причина - следствие);

формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);

прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях.

Работа с информацией:

выбирать источник получения информации;

согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;

распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;

соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет;

анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;

самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации. Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями. Общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;

проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;

признавать возможность существования разных точек зрения;

корректно и аргументированно высказывать свое мнение;

строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;

создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);

готовить небольшие публичные выступления;

подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления.

Совместная деятельность:

формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

ответственно выполнять свою часть работы;

оценивать свой вклад в общий результат;

выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.

Самоорганизация:

планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;

выстраивать последовательность выбранных действий.

Самоконтроль:

устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;

корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

## **Предметные результаты**

### **1 класс**

Освоения обучающимися программы являются следующие умения:

планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг;

излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;

представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения игр;

организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;

характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время игр;

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных

действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;  
подавать команды, вести подсчет при организации и проведении игр;  
применять в игровой деятельности технические действия из базовых видов спорта.

## 2 – 4 класс

### **Флорбол**

техника передвижений, остановок, поворотов и стоек: стойки игрока;  
перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед;  
комбинации из освоенных элементов техники передвижений;  
техники приема и передач мяча: передача мяча;  
передачи мяча, пас партнеру;  
техника передачи мяча: передача мяча с расстояния 3-6м;  
техника владения мячом, комбинация из освоенных элементов;  
тактика игры: тактика свободного нападения, нападение с изменением позиций игроков;  
овладение игрой;  
технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Футбол**

Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;  
оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

организовывать и проводить со сверстниками игры по мини-футболу и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований по минифутболу;

владеть правилами (техникой) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

выполнять технические действия минифутбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

В результате изучения курса внеурочной деятельности обучающиеся научатся:  
выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;  
контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений,

управлять своими эмоциями;

играть в мини-футбол, а именно: техническим приемам и тактическим взаимодействиям, владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам, владеть игровыми ситуациями на поле, основам судейства.

### **Баскетбол**

Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры.

излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью.

представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.

оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.

бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения баскетбола в до-



ступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.

находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы.

выполнять технические действия из баскетбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб «Олимп»

#### 1 класс

№	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Русские народные игры	12	Библиотека ЦОК
2	Игры народов мира	20	
Общее количество часов по программе		32	

#### 2 класс

№	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Вводное занятие. Т.Б., гигиена и режим спортс- мена.	1	Библиотека ЦОК
2.	Флорбол	9	
3.	Минифутбол	9	
4.	Баскетбол	9	
6.	Участие в спортивных мероприятиях школы, города, области	6	
Общее количество часов по программе		33	

#### 3 класс

№	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Вводное занятие. Т.Б., гигиена и режим спортс- мена.	1	Библиотека ЦОК
2.	Флорбол	9	
3.	Минифутбол	9	
4.	Баскетбол	9	
6.	Участие в спортивных мероприятиях школы, города, области	6	
Общее количество часов по программе		33	

#### 4 класс

№	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Вводное занятие. Т.Б., гигиена и режим спортс- мена.	1	Библиотека ЦОК
2.	Флорбол	9	
3.	Минифутбол	9	
4.	Баскетбол	9	

б.	Участие в спортивных мероприятиях школы, города, области	б	
<b>Общее количество часов по программе</b>		<b>33</b>	

Форма проведения занятий: подвижные и спортивные игры, дни здоровья, веселые старты, спортивные соревнования, беседы по охране здоровья.