

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ ПО СОЦИАЛЬНЫМ ВОПРОСАМ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ИШИМА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №7
г. Ишима

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО
С.А. Серова
Протокол № 3
от «30» августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
М.В. Малюгина
от «01» сентября 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАOU СОШ № 7
А.В. Шабанов
Приказ № 97/52 от
от «01» сентября 2023г.



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности

«ИГРОВЫЕ ЗАБАВЫ»

для обучающихся 1 – 2 классов

Составили:

Белова Н.Ю.
Черстова Н.Е.

Ишим, 2023

Пояснительная записка.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций. По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Всем известно, что дети любят играть. Это стремление нужно умело использовать в интересах самих детей, развивая и воспитывая в них такие необходимые им качества, как сила, ловкость.

Использование данного курса способствует повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ученика.

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья,

улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации младших школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности младшего обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Цели изучения курса внеурочной деятельности.

Цель данной программы – укрепление здоровья детей.

Основные задачи:

- повысить уровень двигательной активности;
- способствовать физическому, психическому развитию детей;
- развивать активность и творчество учащихся, любознательность, честность;
- вызвать интерес к занятию «Подвижные игры», позволить детям ощутить красоту и радость движений;
- в условиях развития двигательной активности, развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, формирование культуры общения со сверстниками, самостоятельности в двигательной деятельности.

Место изучаемого курса внеурочной деятельности «Игровые забавы» в учебном плане.

На изучение курса внеурочной деятельности «Игровые забавы» в 1 классе отводится 1 час в неделю, программа составлена на 33 часа, во 2 классе – 1 час в неделю (34 часа в год)

Содержание курса внеурочной деятельности «Игровые забавы»

1 класс

Игры с бегом (6часов)

Какие бывают игры. Русская народная игра «У медведя во бору»
Правила игры. Обязательны ли они для всех? Русская народная игра «Филин и пташка».

Русская народная игра «Горелки».

Русская народная игра «Кот и мышь».

Русская народная игра «Блуждающий мяч».

Игра «Совушка».

Игры с мячом (5 часов)

Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.

Броски мячей.

Игра «Метко в цель».

Игра «Мяч соседу».

Игра «Высекай»

Игры малой подвижности (5 часов)

Правильная осанка и ее значение для здоровья и хорошей учебы.

Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия.

Игра «У ребят порядок строгий!»

Игра «Класс, смирно!»

Игра «Запрещенное движение».

Игры с прыжками (5 часов)

Профилактика детского травматизма.

Практические занятия.

Игра «Прыжки по кочкам».

Игра «Выше ножки от земли».

Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики».

Игра «Прыгающие воробушки».

Игры для общефизической подготовки в зимний период (5 часов)

Игра «Снежками в круг».

Игра «Живая мишень».

Игра «Компас».

Игра «Точный расчет».

Игра «Фигуристы».

Игры на развитие координации движения и мелкой моторики рук (3 часа)

Цепочка игр-шуток «Непослушные пальчики»

Игра «Аист»

Игра «Паровозы»

Игры и эстафеты на координацию движения -4ч.

Хорошее настроение

Веселые умельцы

Послушай, поверь и себя проверь

2 класс

Раздел 1. Простые и усложненные игры-догонялки (10 ч.)

Простые и усложненные игры-догонялки, в которых одним приходится убегать, а другим догонять убегающих. Догонялки имеют много разновидностей, начиная от простых салок и кончая сложными салками, разные условия и разные правила.

-Мир движений(1 ч.). Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Быстрые шеренги», «Салки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.

Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

-Красивая осанка(1 ч.). Упражнение «Высокие деревья». Подвижные игры: «Кузнечики», «Лошадки». Самостоятельные игры: футбол, вышибалы.

Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

-Учись быстроте и ловкости(1 ч.). упражнение «Боксёры».Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Ловишки», «Круговая лапта».Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

-Сила нужна каждому(1 ч.). Упражнение «Боксёры».Эстафета с обменом мячей. Подвижные игры: «Пустое место», «Рыбы и рыбаки».Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

-Ловкий. Гибкий(1 ч.). Подвижные игры: «Лиса в курятнике», «Чехарда». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики». Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

-Весёлая скакалка(1 ч.). Подвижные игры: «Коты и мыши». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей

-Сила нужна каждому(1 ч.). Разучивание игры «Два мороза». Эстафета прыжками.

Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

-Развитие быстроты(1 ч.). Разучивание игры «Конники-спортсмены». Эстафета прыжками.

Самостоятельные игры: футбол, прыжки через скакалку, «классики».

Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

-Кто быстрее? (1 ч.) Разучивание игры «Мышеловка». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры. Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

-Скакалочка- выручалочка(1 ч.). Разучивание игры «У медведя во бору». Эстафета по кругу. Самостоятельные игры.Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание набивного мяча. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

Раздел 2.Игры-поиски (12 ч.)

Игры, направленные на развитие координации, скорости движения, умения соблюдать правила. Эмоциональный тонус игры способствует отдыху участников после работы не только интеллектуальной, но и физической, поскольку в процессе игры активизируются иные центры нервной системы и отдыхают утомленные центры.

- Ловкая и коварная гимнастическая палка(1 ч.). Разучивание игры «Горелки». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм. Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Команда быстроногих «Гуси – лебеди» (1 ч.). Разучивание игры «Волк во рву». Эстафета «Паровозик». Соревнования по подвижным играм. Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Выбираем бег (1 ч.). Комбинированная эстафета. Подвижная игра: «Наперегонки парами». Самостоятельные игры. Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Метко в цель (1 ч.). Комбинированная эстафета. Подвижная игра: «Ловишки-перебежки». Самостоятельные игры. Равномерный бег. Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Путешествие по островам (1 ч.). Разучивание игры «Лягушки-цапли». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Развиваем точность движений (1 ч.). Подвижные игры «Лягушки-цапли», «Быстрее по местам». Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры.

Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Горка зовёт (1 ч.). Разучивание игры «Кенгурбол». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Перетягивание каната. Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Зимнее солнышко (1 ч.). Разучивание игры «Аисты». Эстафета с прыжками через движущее препятствие. Прыжки. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Зимнее солнышко (1 ч.). Эстафета с переноской предметов. Разучивание игры «Не намочи ног». Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Штурм высоты (1 ч.). Эстафета с переноской предметов. Разучивание игры «Перетягивание каната». Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Снежные фигуры (1 ч.). Разучивание игры «Береги предмет» Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Закрепление. Игры на свежем воздухе(1 ч.). Разучивание игры. «Кто первый через обруч к флажку?» Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

Раздел 3. Игры с быстрым нахождением своего места (12 ч.)

В этот раздел входят игры, в которых играющие по сигналу разбегаются и затем по новому сигналу должны быстро найти себе место (старое или новое). Эти игры развивают быстроту реакции, сообразительность, вырабатывают способность ориентироваться в пространстве.

-Мы строим крепость(2 ч.). Разучивание игры «Пчёлки». Самостоятельные игры. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Разучивание игры «Пролезай-убегай». Самостоятельные игры.

- Игры на снегу (1 ч.). «Пятнашки» «Кот и мыши». Игры по выбору. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Удивительная пальчиковая гимнастика(1 ч.). «С кочки на кочку», «Кот и мыши». Игры по выбору. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Развитие скоростных качеств(1 ч.). «Кто дольше не собьётся».Игры по выбору. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Развитие выносливости(1 ч.). «Удочка». Игры по выбору. Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.

- Развитие реакции(2 ч.). Разучивание игры «Покати-догони». Весёлые старты. Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель

-Прыжок за прыжком(2ч.). Разучивание игры «Прыгай выше и дружнее». Весёлые старты. Подвижные игры. Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Весёлые старты. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель.

- Мир движений и здоровья(2 ч.).Весёлые старты.Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

«Игровые забавы»

Личностные результаты

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- представлять игры 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;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- 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;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Тематическое планирование

1 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов			Электронные ресурсы (ЦОР)
		Всего	Контрольные работы	Практические занятия	
1.	Игры с бегом	5	0	5	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
1	Какие бывают игры. Русская народная игра «У медведя во бору»	1	-	1	
2	Правила игры. Обязательны ли они для всех? Русская народная игра «Филин и пташка».	1	-	1	
3	Русская народная игра «Горелки».	1	-	1	
4	Русская народная игра «Кот и мышь».	1	-	1	
5	Русская народная игра «Блуждающий мяч».	1	-	1	
6	Игра «Совушка».	1	-	1	
2.	Игры с мячом	5	0	5	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.	1	-	1	
8	Броски мячей.	1	-	1	
9	Игра «Метко в цель».	1	-	1	
10	Игра «Мяч соседу».	1	-	1	
11	Игра «Высекай»	1	-	1	
3.	Игры малой подвижности	5	0	4	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
12	Правильная осанка и ее значение для здоровья и хорошей учебы.	1	-	-	
13	Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия	1	-	1	

14	Игра «У ребят порядок строгий!»	1	-	1	
15	Игра «Класс, смирно!»	1	-	1	
16	Игра «Запрещенное движение».	1		1	
4.	Игры для общефизической подготовки в зимний период	5	0	5	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
17	Игра «Снежками в круг».	1	-	1	
18	Игра «Живая мишень».	1	-	1	
19	Игра «Компас».	1	-	1	
20	Игра «Точный расчет».	1	-	1	
21	Игра «Фигуристы».	1	-	1	
5.	Игры с прыжками	5	0	4	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
22	Профилактика детского травматизма.	1	-	-	
23	Игра «Прыжки по кочкам».	1	-	1	
24	Игра «Выше ножки от земли».	1	-	1	
25	Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики».	1	-	1	
26	Игра «Прыгающие воробушки».	1	-	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6.	Игры на развитие координации движения и мелкой моторики рук	3	0	3	
27	Цепочка игр-шутки «Непослушные пальчики»	1	-	1	
28	Игра «Аист»	1	-	1	
29	Игра «Паровозы»	1	-	1	https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7.	Игры и эстафеты на координацию движения	4	0	4	
30	Хорошее настроение	1	-	1	
31	Хорошее настроение	1	-	1	
32	Веселые умельцы	1	-	1	
33	Послушай, поверь и себя проверь	1	-	1	

2 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов			Электронные ресурсы (ЦОР)
		Всего	Контрольные работы	Практические занятия	
1.	Простые и усложненные	10		10	

	игры-догонялки				
1.	Мир движений.	1		1	http://easym.ru/load/senarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
2.	Красивая осанка.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
3.	Учись быстроте и ловкости.	1		1	http://easym.ru/load/senarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
4.	Сила нужна каждому.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
5.	Ловкий. Гибкий.	1		1	http://easym.ru/load/senarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
6.	Весёлая скакалка.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
7.	Сила нужна каждому.	1		1	http://easym.ru/load/senarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
8.	Развитие быстроты.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
9.	Кто быстрее?	1		1	http://easym.ru/load/senarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
10.	Скакалочка- выручалочка.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
2.	Игры-поиски	12		12	
11.	Ловкая и коварная гимнастическая палка.	1		1	http://easym.ru/load/senarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
12.	Команда быстроногих «Гуси – лебеди».	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
13.	Выбираем бег.	1		1	http://easym.ru/load/senarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
14.	Метко в цель	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
15.	Путешествие по островам.	1		1	http://easym.ru/load/senarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
16.	Развиваем точность	1		1	http://www.trainer.h1.ru/

	движений.				u/ http://kzg.narod.ru
17.	Горка зовёт.	1		1	http://easyen.ru/load/s cenarii_prazdnikov/sp ortivnye_prazdniki/287
18.	Зимнее солнышко.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
19.	Зимнее солнышко.	1		1	http://easyen.ru/load/s cenarii_prazdnikov/sp ortivnye_prazdniki/287
20.	Штурм высоты.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
21.	Снежные фигуры.	1		1	http://easyen.ru/load/s cenarii_prazdnikov/sp ortivnye_prazdniki/287
22.	Закрепление. Игры на свежем воздухе.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
3.	Игры с быстрым нахождением своего места	12		12	
23.	Мы строим крепость	1		1	http://easyen.ru/load/s cenarii_prazdnikov/sp ortivnye_prazdniki/287
24.	Мы строим крепость	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
25.	Игры на снегу	1		1	http://easyen.ru/load/s cenarii_prazdnikov/sp ortivnye_prazdniki/287
26.	Удивительная пальчиковая гимнастика.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
27.	Развитие скоростных качеств.	1		1	http://easyen.ru/load/s cenarii_prazdnikov/sp ortivnye_prazdniki/287
28.	Развитие выносливости.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
29.	Развитие реакции.	1		1	http://easyen.ru/load/s cenarii_prazdnikov/sp ortivnye_prazdniki/287
30.	Развитие реакции	1		1	http://easyen.ru/load/s cenarii_prazdnikov/sp ortivnye_prazdniki/287
31.	Прыжок за прыжком.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
32.	Прыжок за прыжком.	1		1	http://www.trainer.h1.ru/ http://kzg.narod.ru
33.	Мир движений и здоровья.	1		1	http://easyen.ru/load/s

					cenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287
34.	Мир движений и здоровья.	1		1	http://easyen.ru/load/s_cenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287