

**Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области
«Специальная (коррекционная) школа № 10 г. Иркутска**

ПРИНЯТО Педагогическим советом Протокол № 1 от 28.08. 2024 г.	УТВЕРЖДЕНО Приказом № 73 от 28.08. 2024 г.
	Программа вступает в силу с «2» сентября 2024 г.

**Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа
по физической культуре «Пионербол» для обучающихся
с ОВЗ и детей – инвалидов.**

Иркутск, 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Место программы в образовательном процессе.

В процессе изучения у обучающихся с ОВЗ и детей - инвалидов формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в общеобразовательных учреждениях. Благодаря этому обучающиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Обучающиеся, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по пионерболу различного масштаба.

Цели и задачи

Игра в пионербол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – углубленное изучение подвижной игры пионербол.

Основными задачами программы являются:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- подготовка учащихся к соревнованиям по пионерболу.

Личностные и предметные результаты освоения программы по пионерболу

По окончании изучения программы по пионерболу должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты:

1. формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
2. формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
3. развитие мотивов внеурочной деятельности и формирование личного смысла учения;
4. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представления о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
5. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
6. развитие этических качеств, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
7. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Предметные результаты:

1. формирование первоначальных представлений о знании физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
2. овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
3. формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
4. взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований по пионерболу.

Содержание программы

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития волейбола, пионербола, правила соревнований по пионерболу.

В разделе «Общая физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях по пионерболу.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Ожидаемый результат

В конце изучения программы занимающиеся получают необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, знание правил игры, навыки простейшего судейства. Научатся играть в пионербол. Будут сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям пионерболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечания, команды, указания.

Наглядные метод: применяются главным образом в виде показа упражнений, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Материально-техническое обеспечение занятий

Для проведения занятий по пионерболу в школе должен был зал:

Для проведения занятий в секции пионербола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. сетка волейбольная – 1 шт.
2. стойки волейбольные – 2 шт.
3. гимнастические скамейки – 5 шт.
4. гимнастические маты – 8 шт.
5. скакалки – 12 шт.
6. мячи набивные (масса 1 кг) – 2 шт.
7. мячи волейбольные (для мини-волейбола) – 10 шт.
8. рулетка – 1 шт.

Группа 1-го года обучения

Основные задачи, стоящие перед учебными группами новичков (1 – й год занятий):

- привитие интереса к занятиям, подвижным играм и воспитание спортивного трудолюбия;
- укрепление здоровья, всесторонняя физическая подготовка;
- развитие быстроты, силы, выносливости, ловкости;
- изучение основных приемов техники игры и простейшие тактические действия в нападении и защите;
- ознакомление с некоторыми теоретическими сведениями о влиянии ФУ на организм занимающегося и о подвижных играх;
- приобретение опыта участия в соревнованиях.

Учебно-тематический план

Группа 1-го года обучения (68 часов)

№ п/п	Содержание	Количество часов
1	Теория	В процессе занятий
2	Специальная подготовка техническая	34
3	Специальная подготовка тактическая	16
4	ОФП	14
5	Соревнования	4

Содержание занятий:

Теория (в процессе занятий). История возникновения волейбола, пионербола. Развитие пионербола. Правила игры в пионербол.

Техническая подготовка (34 часа).

Овладение техникой передвижения и стоек. Стойка игрока (исходное положение). Ходьба, бег, перемещаясь спиной вперед. Перемещение приставными шагами: лицом, правым, левым боком вперед. Двойной шаг вперед. Сочетание способов перемещения.

Овладение техникой приема и передачи мяча сверху двумя руками; передача мяча на месте и после перемещения; передача в парах, прием и передача мяча двумя руками сверху.

Овладение техникой подачи: подача мяча через сетку из-за лицевой линии.

Тактическая подготовка (16 часов)

- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия;
- тактика защиты.

Общефизическая подготовка (14 часов)

Упражнения для развития физических способностей: скоростных, силовых, выносливости, координационных, скоростно-силовых.

Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого пояса. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения с предметами – со скакалками, набивными мячами (1-2 кг).

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30 м. Прыжки: с места в длину, вверх. Метание теннисного мяча в цель, на дальность.

Подвижные игры: «День и ночь», «Салки без мяча», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», «Удочка», «Круговая эстафета», комбинированная эстафета.

Соревнования (4 час). Принятие участия в соревнованиях в школе (первенство классов). Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Группа второго года обучения

Основные задачи, стоящие перед учебными группами (второй год занятий):

- дальнейшее повышение уровня всесторонней физической подготовленности, развитие необходимых физических качеств – силы, быстроты, выносливости, ловкости, скоростной и прыжковой выносливости, выполнение нормативов по ОФП;
- усвоение основных теоретических сведений в соответствии с требованиями программы;
- дальнейшее изучение и совершенствование техники и тактики игры;
- приобретение знаний и навыков практического судейства соревнований.

Учебно-тематический план

Группа 2-го года обучения

№ п/п	Содержание	Количество часов
1	Теория	В процессе занятий
2	Специальная подготовка техническая	34
3	Специальная подготовка тактическая	16
4	ОФП	14
5	Соревнования	4

Содержание занятий:

Теория (в процессе занятий). Понятие об обучении и тренировке в пионерболе. Классификация упражнений в учебно-тренировочном процессе по пионерболу. Понятие методики судейства.

Техническая подготовка (34 ч).

- подача мяча. Нападающие удары;
- техники защиты. Действия без мяча;
- перемещение из стойки;
- действия с мячом. Прием мяча сверху двумя руками. Блокирование;
- тактика нападения.

Тактическая подготовка (16 ч)

Тактика нападения. Групповые действия в нападении. Командные действия.

Тактика защиты. Индивидуальные действия.

Групповые действия.

Командные действия.

Общефизическая подготовка (14 ч)

Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения без предметов, индивидуальные и в парах. Упражнения с набивными мячами. Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения со скакалкой.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением. Низкий старт и стартовый разгон.

Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки» («Пятнашки»), «Невод», «Метка в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену»,

«Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Борьба за мяч», «Перетягивание каната».

Соревнования (4ч).

Принятие участия в школьных соревнованиях (первенство классов). Разбор проведенных игр. Устранение ошибок.

Система формы контроля уровня достижений учащихся

Умения и навыки проверяют во время участия учащихся в школьных соревнованиях, в организации и проведении судейства внутришкольных соревнований.

Требования к уровню подготовки обучающихся.

В результате освоения обязательного минимума содержания занятий по пионерболу занимающиеся должны:

Иметь представление:

- о истории возникновения и развития игры волейбол, пионербол;
- получить необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, знание правил игры, навыки простейшего судейства.

Уметь :

- выполнять комплексы упражнений утренней гимнастики, комплекса, направленные на развитие координационных, скоростных, скоростно-силовых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей;
- выполнять технические действия спортивных и подвижных игр;
- вести дневник самонаблюдения;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;
- осуществлять судейство школьных соревнований по пионерболу;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий;
- включение теоретических знаний в активный отдых и досуг.

Демонстрировать уровень физической подготовленности.

№ п/ п	Физические способности	Контрольные упражне ния (тесты)	Возрас т, лет	мальчики		
				Уровень		
				высоки й	средний	низки й
1	скоростные	Бег 30 м, с	10 11 14 15	6,6 и ниже 5,2 и ниже 6.3 и ниже 5.0 и ниже	6,7 – 6,8 5,7 – 6,3 6.1-6.2 5.3-5.4	6,9 и выше 6,4 и выше 6.4 и выше 5.5 и выше
2	Координационн ые	Челночный бег 3x10 м, с	10 11 14	10,4 10,1 9.8	10,5 – 10,6	10,7 10,6

			15	9.7	10,2 – 10,4 9.9-10.0 9.8-9.9	10.1 10.0
3	Скоростно- силовые	Прыжок в длину с места, см	10 11 14 15	155 и выше 165 и выше 175 и выше 190 и выше	150 – 145 160 - 150 170-171 180-182	140 и ниже 140 и ниже 165 и ниже 165 и ниже
4	Скоростно- силовые	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы, м	10 11 14 15	4,0 и выше 5,0 и выше 6 и выше 8 и выше	3,9 – 3,8 4,5- 4,0 5.5-5.6 7.3-7.5	ниже 3,5 ниже 4,0 ниже 5.2 ниже 6.5

Физическая подготовленность должна соответствовать, как минимум, среднему уровню показателей развития физических способностей, с учетом индивидуальных возможностей учащихся.

Календарно-тематический план по пионерболу
Группа 2-го года обучения
2 часа в неделю (34 недели), всего 68 часов

Учебная неделя	Раздел, количество часов	№ занятия	Тема занятия	Основные виды деятельности и обучающихся	Элементы содержания занятия, проверяемые заданиями КИМ	Требования к результатам	Формы контроля
1	Теория, техническая подготовка, 2 ч	1-2	Инструктаж техники безопасности и по пионерболу. Технические элементы	Излагать общие правила игры в пионербол Совершенствовать технику технических элементов (стойки, перемещений, остановок)	Инструкция по ТБ. Размеры площадки. Основные ошибки	Научится: соблюдать ТБ на занятиях пионерболом, правила игры	текущий
2	Техническая подготовка, 8 ч	3-4	Совершенствование приема и передачи мяча	Владеть техникой приема и передачи мяча	Технические элементы	Научится: - правильно выполнять технические элементы, - способам и особенностям движений и передвижений	текущий
3		5-6	Совершенствование подачи мяча через сетку	Демонстрировать технику подачи в условиях игровой деятельности			текущий
4		7-8	Совершенствование технических элементов	Выполнять технические элементы			текущий
5		9-10	Совершенствование технических элементов	Общаться и взаимодействовать в процессе игры			текущий
6	Тактическая подготовка	11-12	Тактические действия	Выполнять действия в защите и	Тактические действия	Научится: правильно выполнять	текущий

	вка, 2 ч.			нападении		тактическ ие действия	
7	ОФП, 4 ч	13-14	Бег 30 м, челночный бег 3x10. Тактические действия	Демонстрир овать уровень подготовле нности	Фиксиро вание результата В беге на 30 м в челночн ом беге 3x10 м	Научится: технике выполнен ия л/а упражнен ий в беге, метании, прыжках	тестиро вание
8		15-16	Метание набивного мяча, прыжок в длину с места. Тактические действия	Выполнять действия в защите и нападении. Демонстрир овать уровень подготовле нности в метании, прыжке	Фиксиро вание результата, метание набивно го мяча Прыжок в длину с места	Получит возможнос ть: правильно выполнять комплекс ы упражнен ий на развитие быстроты, силы	тестиро вание
9	Технич еская подгото вка, 8 ч	17-18	Совершенст зование приема и передач мяча	Демонстрир овать технику приема и передач мяча	Техниче ские элемент ы	Получит возможнос ть: контролир овать режимы нагрузок по внешним признакам , ЧСС. Научится: правильно выполнять техническ ие действия в игре	текущи й
10		19-20	Совершенст зование подачи мяча через сетку	Подачи в условиях игровой деятельност и			текущи й
11		21-22	Совершенст зование технических элементов	Выполнять технически е элементы.			текущи й
12		23-24	Совершенст зование технических элементов				текущи й

13	Тактическая подготовка, 2 ч	25-26	Тактические действия	Выполнять действия в защите и нападении	Тактические действия	Научится: правильно выполнять тактические действия Получит возможность правильно выполнять комплексы упражнений на развитие силы, координацию движений.	текущий
14	Тактическая подготовка, 2 ч.	27-28	Тактические действия. Развитие двигательных качеств	Демонстрировать развитие силы, координации и движений при выполнении и ФУ	Комплексы ФУ для укрепления пальцев рук, мышц рук и ног	Научится: правильно выполнять тактические действия.	текущий
15	ОФП, 4 ч.	29-30	Развитие двигательных качеств. Учебная игра	Выполнять правила игры.		Получит возможность правильно выполнять комплекса упражнений на развитие силы, координацию движений.	текущий
16		31-32	Развитие двигательных качеств. Учебная игра	Демонстрировать сдержанность и терпимость к своим ошибкам и ошибкам товарищей			текущий

17	Техническая подготовка, 8 ч.	33-34	Совершенствование освоенных технических элементов	Выполнять и демонстрировать технические элементы в условиях игровой деятельности	Технические элементы	Научится: правильно выполнять технические элементы в игре	текущий
18		35-36	Совершенствование освоенных технических элементов				текущий
19		37-38	Совершенствование технических элементов				текущий
20		39-40	Совершенствование технических элементов				текущий
21	Тактическая подготовка, 2 ч	41-42	Тактические действия	Воспитывать смелость, волю, решительность, активность и инициативность. Проявлять эти качества при решении вариативных задач, возникающие в процессе игры	Тактические действия	Научится: правильно выполнять тактические действия в игре	текущий
22	Тактическая подготовка, 4 ч	43-44	Тактические действия. Развитие двигательных качеств				текущий
23		45-46	Тактические действия. Развитие двигательных качеств				текущий
24	Соревнования, 4 ч	47-48	Тактические действия. Развитие двигательных качеств	Воспитывать смелость, волю, решительность, активность и инициативность. Проявлять	Тактические действия	Научится: правильно выполнять тактические действия в игре	текущий
25		49-50	Тактические действия. Развитие двигательных качеств				текущий

26		51-52	Тактические действия. Развитие двигательных качеств	эти качества при решении вариативных задач, возникающие в процессе игры			текущий
27	Техническая подготовка, 8 ч	53-54	Совершенствование освоенных технических элементов	Выполнять технические элементы. Общаться и взаимодействовать в процессе игры	Технические элементы	Получит возможность: контролировать режимы нагрузок, ЧСС	текущий
28		55-56	Совершенствование освоенных технических элементов				текущий
29		57-58	Совершенствование освоенных технических элементов				текущий
30		59-60	Совершенствование освоенных технических элементов				текущий
31	Тактическая подготовка, 4 ч ОФП, 6 ч	61-62	Тактические действия	Выполнять действия в защите и нападении.			текущий
32		63-64	Тактические действия. Развитие двигательных качеств	Соблюдать правила ТБ в беге на короткие дистанции и прыжках в длину с места.	Тактические действия	Научится: соблюдать ТБ при сдаче контрольных упражнений. Получит возможность: - выполнять комплекс	текущий
33		65-66	Тактические действия. Бег 30 м, челночный бег	Активно использовать п/и для закрепления	Фиксирование результатов: бег 30 м, челночный бег 3х10 м, метание		тестирование
34		67-68	Метание набивного мяча. Учебная				тестирование

			игра	я технико- тактически х действий. Излагать правила игры в пионербол	набивно го мяча, прыжок в длину с места	упражнений на развитие быстроты, милы, координацию движений, - вести дневник самонаблюдения	
							текущий

ИТОГО: 68 часов

Календарно-тематический план по пионерболу

Группа 1-го года обучения

2 часа в неделю (34 недели), всего 68 часов

Учебная неделя	Раздел, количество часов	№ занятия	Тема занятия	Основные виды деятельности и обучающих	Элементы содержания занятия, проверяемые заданиями и КИМ	Требования к результатам	Формы контроля
1	Теория, техническая подготовка, 2 ч	1-2	Инструктаж техники безопасности и по пионерболу. Технические элементы	Излагать общие правила игры в пионербол. Совершенствовать технику технических элементов (стойка, перемещение)	Инструкция по ТБ. Размеры площадки. Основные ошибки	Научится: соблюдать ТБ на занятиях пионерболом, правила игры	текущий

				й, остановок)			
2	Техническая подготовка, 8 ч	3-4	Совершенствование приема и передачи мяча	Владеть техникой приема и передач мяча	Технические элементы	Научится: - правильно выполнять технические элементы, - способам и особенностям движений и передвижений	текущий
3		5-6	Совершенствование подачи мяча через сетку	Демонстрировать технику подачи в условиях игровой деятельности			текущий
4		7-8	Совершенствование технических элементов	Выполнять технические элементы			текущий
5		9-10	Совершенствование технических элементов	Общаться и взаимодействовать в процессе игры			текущий
6	Тактическая подготовка, 2 ч. ОФП, 4 ч	11-12	Тактические действия	Выполнять действия в защите и нападении	Тактические действия	Научится: правильно выполнять тактические действия	текущий
7		13-14	Бег 30 м, челночный бег 3x10. Тактические действия	Демонстрировать уровень подготовленности	Фиксирование результата В беге на 30 м в челночном беге 3x10 м	Научится: технике выполнения л/а упражнений в беге, метании, прыжках	тестирование
8		15-16	Метание набивного мяча, прыжок в длину с места. Тактические	Выполнять действия в защите и нападении. Демонстрировать уровень	Фиксирование результата, метание набивного мяча	Получит возможность: правильно выполнять комплексы упражнений	тестирование

			действия	подготовленности в метании, прыжке	Прыжок в длину с места	и на развитие быстроты, силы	
9	Техническая подготовка, 8 ч	17-18	Совершенствование приема и передач мяча	Демонстрировать технику приема и передач мяча	Технические элементы	Получит возможность: контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, ЧСС. Научится: правильно выполнять технические действия в игре	текущий
10		19-20	Совершенствование подачи мяча через сетку	Поддачи в условиях игровой деятельности			текущий
11		21-22	Совершенствование технических элементов	Выполнять технические элементы.			текущий
12		23-24	Совершенствование технических элементов				текущий
13	Тактическая подготовка, 2 ч	25-26	Тактические действия	Выполнять действия в защите и нападении	Тактические действия	Научится: правильно выполнять тактические действия Получит возможность правильно выполнять комплексы упражнений на развитие силы, координацию движений.	текущий

14	Тактическая подготовка, 2 ч.	27-28	Тактические действия. Развитие двигательных качеств	Демонстрировать развитие силы, координации и движений при выполнении ФУ	Комплексы ФУ для укрепления пальцев рук, мышц рук и ног	Научится: правильно выполнять тактические действия.	текущий
15		29-30	Развитие двигательных качеств. Учебная игра	Выполнять правила игры.		Получит возможность правильно выполнять комплекс упражнений на развитие силы, координацию движений.	текущий
16		31-32	Развитие двигательных качеств. Учебная игра	Демонстрировать сдержанность и терпимость к своим ошибкам и ошибкам товарищей			текущий
17	Техническая подготовка, 8 ч.	33-34	Совершенствование освоенных технических элементов	Выполнять и демонстрировать технические элементы в условиях игровой деятельности	Технические элементы	Научится: правильно выполнять технические элементы в игре	текущий
18		35-36	Совершенствование освоенных технических элементов				текущий
19		37-38	Совершенствование технических элементов				текущий
20		39-40	Совершенствование технических элементов				текущий
21	Тактическая	41-42	Тактические действия	Воспитывать смелость,	Тактические	Научится: правильно	текущий

	подготов ка, 2 ч			волю, решительно сть, активность и инициативн ость Проявлять эти качества при решении вариативны х задач, возникающ ие в процессе игры	действия	выполнять тактическ ие действия в игре	
22	Тактичес кая подготов ка, 4 ч	43- 44	Тактические действия. Развитие двигательны х качеств	Проявлять эти качества при решении вариативны х задач, возникающ ие в процессе игры			текущий
23		45- 46	Тактические действия. Развитие двигательны х качеств				текущий
24	Соревнов ания, 4 ч	47- 48	Тактические действия. Развитие двигательны х качеств	Воспитыват ь смелость, волю, решительно сть, активность и инициативн ость Проявлять эти качества при решении вариативны х задач, возникающ ие в процессе игры	Тактичес кие действия	Научится: правильно выполнять тактическ ие действия в игре	текущий
25		49- 50	Тактические действия. Развитие двигательны х качеств				текущий
26		51- 52	Тактические действия. Развитие двигательны х качеств				текущий
27	Техничес кая подготов ка, 8 ч	53- 54	Совершенст вование освоенных технических элементов	Выполнять технические элементы Общаться и взаимодейс твовать в процессе игры	Техничес кие элемент ы	Получит возможнос ть: контролир овать режимы нагрузок, ЧСС	текущий
28		55- 56	Совершенст вование освоенных технических элементов				текущий

29		57-58	Совершенствование освоенных технических элементов				текущий
30		59-60	Совершенствование освоенных технических элементов				текущий
31		61-62	Тактические действия				текущий
32		63-64	Тактические действия. Развитие двигательных качеств				текущий
33		65-66	Тактические действия. Бег 30 м, челночный бег				тестирование
34		67-68	Метание набивного мяча. Учебная игра				тестирование
	Тактическая подготовка, 4 ч ОФП, 6 ч			Выполнять действия в защите и нападении. Соблюдать правила ТБ в беге на короткие дистанции и прыжках в длину с места. Активно использовать п/и для закрепления технико-тактических действий. Излагать правила игры в пионербол	Тактические действия	Научится: соблюдать ТБ при сдаче контрольных упражнений. Получит возможность: - выполнять комплексы упражнений на развитие быстроты, млы, координацию движений, - вести дневник самонаблюдения	текущий

ИТОГО: 68 часов

Литература

Для учителя

1. Каинов А.Н. Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации (авт.-сост. А.Н.Каинов.- Изд.2-е.-Волгоград: Учитель, 2013 – 167 с.
2. Лях В.И. Программы для общеобразовательных учреждений: Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов /В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М: Просвещение, 2011

Для учащихся

1. Физическая культура. 3-4 классы: учеб. для общеобразовательных учреждений/А.П. Матвеев; Российская академия наук,: Просвещение, 2012.-160с.: ил.-(Академический школьный учебник).
2. Физическая культура. 6 класс : учеб. для общеобразовательных учреждений/А. П. Матвеев; Российская академия наук: Просвещение. – 4-е издание – М.: Просвещение, 2011.-95 с. : ил.-(академический школьный учебник).