

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение гимназия № 9
г. Красноярск

«Рассмотрено»
Протокол заседания МО
№ 1 от «22» июня 2020 г.

«Принято»
Протокол заседания
педагогического совета
№ 186 от «26» июня 2020 г.

«Утверждаю»
Приказ № 0303113
от «26» июня 2020г.
Директор гимназии
Г.Г. Гассан



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности**

Курс. Пионербол-Волейбол.»

УМК: Программы

Внеурочная деятельность учащихся (ФГОС) авторы: Г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М.В. Маслов. М. 2011.

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (ФГОС) авторы: В.И. Лях. А.А. Зданевич. М. Просвещение. 2012.

Методические пособия

Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. М. Просвещение, 2010.

Волейбол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000. - N 41-42. - С. 5,17.

Спортивные игры; Учеб. для студентов пед. ин-тов по спец. № 2114 «Физ. воспитание» / В.Д. Ковалева. – М.: Просвещение, 1988.

Количество часов в неделю: 2

Общее количество часов: 68

Комна Жанна Петровна

Красноярск - 2020

Пояснительная записка.

Настоящая рабочая программа по внеурочной деятельности учащихся по предмету пионербол-волейбол для учащихся составлена на основе:

Закона Российской Федерации «Об образовании»

Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования РФ № 1887 от 17.12.2010

2. Учебного плана МАОУ Гимназия № 9 г. Красноярск.

Данная рабочая программа внеурочной деятельности разработана для учащихся общеобразовательной школы и направлена на реализацию спортивно-оздоровительного направления. Данная рабочая программа рассчитана на 68 учебных часа (занятий) из расчета 2ч в неделю.

Программа реализуется на занятии, которое проводится один раз в неделю.

Сроки реализации рабочей программы: 1 учебный год (2020 - 2021)

В основе принципов создания программы лежит концепция личностного и деятельностного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

Программа по физической культуре, направлена на:

-реализацию учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально - технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивная пришкольная площадка), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения.

- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор, и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Целью рабочей программы по спортивно-оздоровительному направлению является формирование у учащихся шестых классов основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, что соответствует цели физического воспитания учащихся по базовому компоненту. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;

овладение «школой движений»;

развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;

выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

В основу структуры положена программа, рекомендованная Департаментом образования г. Москвы. Автор доктор педагогических наук В.И. Лях.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса:

укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;

развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;

воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности,

формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств,

формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения

Содержание учебного предмета

Материал программы разбит на три раздела: основы знаний, специальная физическая подготовка и технико-тактические приемы.

I. Основы знаний

- понятие о технике и тактике игры, предупреждение травматизма;

- основные положения правил игры в пионербол, волейбол. Нарушения, жесты судей, правила соревнований.

II. Специальная физическая подготовка

Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий. По сигналу бег на 5, 10, 15 м из исходного положения: сидя, лежа на спине, на животе. Перемещения приставными шагами. Бег с остановками и изменением направления, челночный бег.

Ускорения, повороты в беге. Имитация подачи, нападающих бросков, блока, передачи мяча. Подвижные игры «День и ночь», «Вызов номера», «Попробуй унеси».

Упражнения для развития качеств при приеме и передачи мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые вращения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук. Опираясь о стену пальцами, отталкиваться. Упор лежа «циркуль» на руках, носки ног на месте. Передвижение на руках. Броски набивного мяча. Передачи баскетбольного мяча, волейбольного на дальность в парах, над собой, в стенку.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи мяча. Круговые вращения руками в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой. Броски из-за головы с максимальным прогибанием. Броски мяча через сетку на точность зоны.

Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих бросков. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей, стоя на месте и в прыжке. Метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель на стене или на полу. С места, с разбега, в прыжке, после поворота.

Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании. Прыжки с подниманием рук вверх: с места, после перемещения, после поворотов. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Блок одиночный, двойной.

Упражнения для развития качеств, необходимых при технике защиты. Перемещения и стойки. Бег, ходьба, притавной шаг вперед, в стороны, остановки, выпады, скачки. Упражнения с мячом. Прием мяча на месте и после перемещения. В падении.

III. Техничко-тактические приемы

1. Подача мяча

- техника выполнения подачи;
- прием мяча;
- подача мяча по зонам, управление подачей.

2. Передачи

- передачи внутри команды;
- передачи через сетку;
- передачи с места и после двух шагов в прыжке.

3. Нападающий бросок

- техника выполнения нападающего броска;
- Нападающие броски с разных зон.

4. Блокирование

- ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока.

5. Комбинированные упражнения

- подача – прием;
- подача – прием – передача;
- передача – нападающий бросок;
- нападающий бросок – блок.

6. Учебно-тренировочные игры

- отработка навыков взаимодействия игроков на площадке;
- отработка индивидуальных действий игроков;

- отработка групповых действий игроков (страховка игрока, слабо принимающего подачу).

7. Судейство игр

- отработка навыков судейства школьных соревнований.

На каждом занятии осуществляется общая физическая подготовка учащихся, направленная на развитие основных двигательных качеств и координационных способностей обучающихся.

Распределение учебных часов по разделам программы

п/п	Раздел, тема	Количество часов
	Пионербол-Волейбол	68
	Всего часов	68

Учебно-методический комплекс

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (ФГОС) авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич. М. Просвещение. 2012.

Внеурочная деятельность учащихся (ФГОС) авторы: Г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М.В. Маслов. М. 2011.

Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. М. Просвещение, 2010.

Игры на воздухе/ Составитель Т. Барышникова: Кристалл, КОРОНА, 1998г.

Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000. - N 41-42. - С. 5,17.

Спортивные игры; Учеб. для студентов пед. ин-тов по спец. № 2114 «Физ. воспитание» / В.Д. Ковалева. – М.: Просвещение, 1988.

В часы досуга. Составитель И. Н. Крайнева – СПб: «Кристалл», 1996.

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса:

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Примечание
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)	
1.1	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно- методического обеспечения кабинета по физической культуре
1.2	«Пионербол – Волейбол» - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000	
1.4	Методические издания по физической культуре для учителей	Методические пособия и рекомендации, тестовые контроли

2	Демонстрационные учебные пособия	
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	
2.2	Плакаты методические	
3	Технические средства обучения	
3.1	Мультимедийный компьютер	
3.2	Принтер	
3.3	Копировальный аппарат	
4	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование	
4.1	Скамейка гимнастическая жёсткая	
4.2	Коврик гимнастический	
4.3	Маты гимнастические	
4.4	Мяч малый (теннисный)	
4.5	Скакалка гимнастическая	
4.6	Палка гимнастическая	
4.7	Обруч гимнастический	
4.8	Секундомер	
4.9	Сетка для переноса мячей	
4.10	Мячи	
4.11	Фишки разметочные(конусы)	
4.13	Рулетка измерительная	
4.14	Мячи волейбольные	
4.15	Жилетки игровые	
4.16	Насос ручной для накачивания мячей	
<i>Средства первой помощи</i>		
5	Аптечка медицинская	
6	Спортивные залы (кабинеты)	
6.1	Спортивный зал большой игровой	С помещением для хранения инвентаря, включающее в себя 2 рабочих стола, 2 стула, стеллажи и ящики для инвентаря.
6.2	Тренажерный зал	
6.3	Помещение для хранения инвентаря и оборудования;	
6.4	Раздевалки для мальчиков и девочек	

Планируемые результаты изучения учебного предмета, курса

Личностные универсальные учебные действия:

Обучающийся **получит возможность** для формирования следующих личностных УУД::

- установка на здоровый образ жизни;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;
- знание основных моральных норм на занятиях спортивными играми и ориентации на их выполнение.

Регулятивные универсальные учебные действия:

Обучающийся **получит возможность** для формирования следующих регулятивных УУД::

- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время соревнований, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;
- организовывать и проводить игры на переменах, утреннюю зарядку;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

Познавательные универсальные учебные действия:

Обучающийся **получит возможность** для формирования следующих познавательных УУД::

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», характеризовать значение занятий по оздоровлению, влиянию спортивных игр на самочувствие;
- владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры;
- владеть основными техническими приемами;
- применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий пионерболом;
- формировать первичные навыки судейства;
- выявлять связь занятий пионерболом с досуговой и урочной деятельностью;
- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха;
- планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни, спортивных играх.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

Обучающийся **получит возможность** для формирования следующих коммуникативных УУД::

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- договариваться и приходить к общему решению в работе командной игры, по группам, микрогруппам, парам;
- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;
- задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений

индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

Воспитательные результаты распределены по трём уровням.

Первый уровень результатов - приобретения учениками знаний о здоровом питании, полезных продуктах; вредных привычках; об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки; причинах травматизма и правилах его предупреждения;

Второй уровень результатов - приобретение понимания о способах и особенностях движения и передвижения человека; о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;

Третий уровень результатов - приобретение опыта в составлении и правильном выполнении комплекса физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки; в организации и проведении подвижных игр; уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

В результате прохождения программного материала к концу изучения курса обучающиеся должны **знать**:

понятия о технике и тактике игры;

предупреждение травматизма;

основные положения правил игры в пионербол;

нарушения, жесты судей, правила соревнований.

Должны уметь:

техника выполнения подачи;

прием мяча;

подача мяча по зонам, управление подачей;

передачи внутри команды;

передачи через сетку;

передачи с места и после 2-х шагов в прыжке;

техника выполнения нападающего броска;

нападающий бросок с разных зон;

ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока;

комбинированные упражнения;

отработка навыков взаимодействия игроков на площадке;

отработка индивидуальных действий игроков;

отработка групповых действий игроков (страховка игрока, слабо принимающего подачу);

отработка навыков судейства школьных соревнований.

Электронные образовательные ресурсы (ЭОР)

1. Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
2. Сайт "Я иду на урок физкультуры" <http://spo.1september.ru/urok/>
3. Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>

Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности учащихся «Пионербол-Волейбол».

на 2020– 2021учебный год

№ ПП	№	план	Дата	Тема урока	УУД, развиваемые на уроке	ЭОР
1	2	1 неделя		ТБ при проведении игры. Предупреждение травматизма. Правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. Передвижение игроков по площадке. Силовые упражнения для рук, ног, туловища.	<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Применять правила ТБ на внеурочной деятельности по пионерболу. - Знать правила игры в пионербол. - Знать правила различных подвижных игр. <p>Метапредметные:</p> <p>Познавательные: понимание и принятие цели включаться в творческую деятельность под руководством учителя.</p> <p>Регулятивные: Принимать и сохранять учебную задачу;</p>	
2	2	2 неделя		Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передача мяча в парах на месте, в движении. Специальные беговые упражнения с ловлей мяча. Перемещение приставным шагом. Игра в пионербол.		3
3	2	3 неделя		Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Игра в пионербол.		1
4	2	4 неделя		Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления. подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Игра в пионербол.		
5	2	5 неделя		Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию. подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Игра в пионербол.		
6	2	6 неделя		Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		
7	2	7 неделя		Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		
8	2	8 неделя		Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Обучение нападающему броску. Развитие двигательных качеств.		3

				Тренировочная игра в пионербол.	учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем. Адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Коммуникативные:</i> задавать вопросы; обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формулировать	
9	2	9 неделя		Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Нападающий бросок. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		
10	2	10 неделя		Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Блокирование. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		2
11	2	11 неделя		Нападающий бросок с первой линии. подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Блокирование. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		
12	2	12 неделя		Нападающий бросок со второй линии. подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Блокирование. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		
13	2	13 неделя		Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Блокирование. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		
14	2	14 неделя		Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Тренировочная игра в пионербол.		
15	2	15 неделя		Приём подачи, передача к сетке. Взаимодействие игроков. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. подача мяча. Прием мяча после подачи. Тренировочная игра в пионербол.		
16	2	16 неделя		Обучение приему мяча от сетки. Контроль техники нападающего броска со второй линии. подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах Тренировочная игра в пионербол.		

17	2	17 неделя	Формирование навыков командных действий. Прием мяча от сетки. Поддача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	<p>собственное мнение; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><i>Личностные:</i> Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях</p>	
18	2	18 неделя	Поддачи мяча по зонам. Прием мяча от сетки. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		
19	2	19 неделя	Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу. Поддача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Тренировочная игра в пионербол.		
20	2	20 неделя	Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу. Поддача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		
21	2	21 неделя	Закрепление блокирования нападающего броска. Поддача мяча. Прием мяча после подачи. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		3
22	2	22 неделя	Игра с индивидуальными заданиями. Поддача мяча. Прием мяча после подачи. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Тренировочная игра в пионербол.		1
23	2	23 неделя	Нападающий бросок с первой линии. Поддача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах, тройках, кругу. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол.		
24	2	24 неделя	Закрепление командных тактических действий в игре. Передачи мяча в парах. ОРУ. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		

25	2	25 неделя		Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Специальные беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		
26	2	25 неделя		Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения.		2
27	2	27 неделя		Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения.		
28	2	28 неделя		Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения.		3
29	2	29 неделя		Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения.		
30	2	30 неделя		Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения.		
31	2	31 неделя		Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Специальные беговые упражнения. Тренировочная игра в пионербол. Силовые		

				упражнения.		
32	2	32 неделя		Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Поддача мяча. Прием мяча после поддачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		3
33	2	33 неделя		Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Поддача мяча. Прием мяча после поддачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		
34	2	34 неделя		Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Поддача мяча. Прием мяча после поддачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.		