

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа "Образовательный центр"
имени Героя Советского Союза Ваничкина Ивана Дмитриевича
с.Алексеевка муниципального района Алексеевский Самарской области



Утверждаю.
Директор
Е.А.Чередникова/
«31» августа 2015 г.

Согласовано.
Председатель
методического совета
Н.И.Колпакова/
«31» августа 2015 г.

Программа рассмотрена на заседании
кафедры «Воспитание»
Протокол № 1 от «31» августа 2015 г.
Руководитель кафедры
И.А.Кулакова/

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

"Футбол, волейбол"

Направление внеурочной деятельности: спортивно-оздоровительное

Возраст: 8- 9 лет

Срок реализации: 2 года

Общее количество часов – 68
(1 час в неделю, в каждом классе – 34 в год)

Разработал В.В. Шеловских -
учитель физической культуры

с. Алексеевка

Пояснительная записка

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение детей бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Путей и программ, направленных на первичную профилактику злоупотребления курением и наркотическими веществами, предложено много. Очень важно, чтобы профилактика асоциальных явлений взяла своё начало в начальных классах.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве. Работа начинается с 1 класса и рассчитана на весь курс начальной школы.

Цель:

создание условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи:

обучающие:

- обучить элементарным основам игр волейбола и футбола;
- ознакомить с простейшими тактическими идеями и приёмами;
- сформировать интерес к занятиями;
- помочь приобрести навыки участия в соревнованиях;
- расширить кругозор учащихся;

развивающие:

- активизировать мыслительную деятельность учащихся, развивать логическое мышление, память, наблюдательность, внимание, фантазию, репродуктивное воображение;
- развивать в детях стремление к нравственному самосовершенствованию;

воспитательные:

- воспитывать волю, настойчивость, выдержку, дисциплинированность, ответственность за принятое решение, уверенность в своих силах, умение оптимально распоряжаться временем;

- прививать культуру поведения в детском коллективе и во время проведения соревнований по футболу и волейболу
воспитывать волю, настойчивость, выдержку, дисциплинированность, ответственность за принятое решение, уверенность в своих силах, умение оптимально распоряжаться временем;

Программа рассчитана на 68 часов, во 2 классе - 1 час в неделю, 34 часа в год;
в 3 классе - 1 час в неделю, 34 часа в год.

Требования к уровню подготовки детей

Внеурочная деятельность по спортивно-оздоровительной направленности «Волейбол», футбол"– это мир творчества, проявления и раскрытия каждым ребёнком своих интересов, своих увлечений, своего «я». Ведь главное, что здесь ребёнок делает выбор, свободно проявляет свою волю, раскрывается как личность. Важно заинтересовать ребёнка занятиями после уроков, чтобы школа стала для него вторым домом, что даст возможность превратить внеурочную деятельность в полноценное пространство воспитания и образования.

Во внеурочной деятельности создаётся своеобразная эмоционально наполненная среда увлечённых детей и тренеров - преподавателей, в которой осуществляется «штучная выделка» настроенных на успех романтиков, будущих специалистов в различных областях спорта.

Важно иметь в виду, что внеурочная деятельность — это отнюдь не механическая добавка к основному общему образованию, призванная компенсировать недостатки работы с отстающими или одарёнными детьми.

Главное при этом - осуществить взаимосвязь и преемственность общего образования и внеурочной деятельности, как механизма обеспечения полноты и цельности образования.

Содержание образования на начальном этапе задаётся стремлением детей установить в своих играх удобный для них очеловеченный (одушевлённый) порядок в мире вещей, событий, явлений и приспособить вещи, организовать ситуацию под себя, под свою индивидуальность. В процессе такой свободной игры и выявляются индивидуальные особенности поведения человека в тех или иных ситуациях, раскрываются личностные качества, постигаются определённые морально-нравственные ценности и культурные традиции.

Ожидаемые результаты

В результате освоения содержания материала на занятиях физическими упражнениями во внеурочное время учащиеся 1 класса должны достигнуть следующего уровня развития:

- начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья;
- начнут осознанно использовать знания, полученные во время подвижных игр;
- освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- освоят правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- научатся наблюдать за изменением собственного роста, массы тела и показателей развития основных физических качеств;
- освоят правила поведения и предупреждения травматизма при занятиях физическими упражнениями;
- научатся выполнять комплексы специальных упражнений направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения;
- приобретут жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека;
- научатся выполнять акробатические и гимнастические упражнения, простейшие комбинации;

- научатся сохранять правильную осанку, освоят навыки организации и проведения подвижных игр, элементы и простейшие технические действия игр в процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия.

Ребёнок получит возможность **научиться**:

- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Тематическое планирование (первый год обучения)

№ п/п	Тема занятий	Общее кол- во часов	Теория	Практика
Распределение программного материала по спортивно-оздоровительной направленности «Футбол»				
1.	Физическая культура и спорт в России	1	1	
2.	.Гигиенические знания и навыки	1	1	
3.	Правила игры в футбол. Техника безопасности.	1	1	
4.	Разучивание народной игры "Каравай". Обманные движения	1		1
5.	Упражнения для развития скоростных качеств. Народная игра "Горелки"	1		1
6-7.	Подвижные игры. Техника игры в футбол	2	1	1
8.	Упражнения для развития скоростных качеств. Игра. Техника игры в футбол	1		1
9-10.	Подвижные игры со скакалкой. Игра "Третий лишний". Удары по мячу ногой	2	1	1
11.	Игры на свежем воздухе. Повторение изученных игр. Удары по мячу головой	1		1
12.	Упражнения ловкости. Народная игра "Удочка". Отбор мяча	1		1
13.	Повторение изученных игр. Тактика игры в футбол	1		1
14.	Упражнения в ловкости. Техника игры вратаря	1		1
15-17.	Соревнования по футболу	3		3
Распределение программного материала по спортивно-оздоровительной направленности «Волейбол»				
18.	Правила игры в волейбол. Техника безопасности.	1	1	
19.	Подвижные игры с мячом . Подбрасывание и ловля	1		1

20.	Гимнастические упражнения для мышц рук и плечевого пояса	1		1
21.	Акробатические упражнения : кувырки вперёд, назад, стойка на лопатках. Подвижные игры "День и ночь"	1		1
22-23.	Техника нападения. Действия без мяча	2	1	1
24-26.	Действия с мячом: подача мяча, передача мяча, нападающие удары. Подвижные игры "Круговая эстафета"	3	1	2
27.	Техника защиты. Действия без мяча.	1	1	
28.	Техника защиты. Действия с мячом	1		1
29-30.	Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия	2		2
31.	Командные действия	1		1
32.	Техника защиты	1		1
33-34.	Контрольные игры и соревнования	2		2
	Итого:	34	9	25

Тематическое планирование (второй год обучения)

№ п/п	Тема занятий	Общее кол-во часов	Теория	Практика
Распределение программного материала по спортивно-оздоровительной направленности «Футбол»				
1	Развитие футбола в России; гигиенические знания и навыки. Комплекс физических упражнений.	1	1	
2	Правила игры в футбол; место; оборудование. ОФП: Упражнения на развитие скорости.	1		1
3	Классификация и терминология технических приёмов футбола. Упражнения на развитие гибкости, силы.	1		1
4	Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП: Упражнение на развитие силы.	1		1
5	Удар по мячу головой, ногой.	1		1
6-7	Остановка, ведение мяча, отбор мяча.	2	1	1
8	Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.	1		1
9-10	Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы.	2	1	1
11	Удары по мячу серединой лба, остановка мяча подошвой.	1		1
12	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.	1		1
13	Передача мяча партнёру серединой лба.	1		1
14	Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.	1		1
15	Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча друг другу. Учебная игра.	1		1
16	Участие в школьных соревнованиях по футболу.	1		1
17	Разбор проведенных учебных и календарных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.	1		1

Распределение программного материала по спортивно-оздоровительной направленности «Волейбол»				
18.	Волейбол - цели и задачи. Техника безопасности. Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку, разновидность бега, подвижные игры. Контрольные испытания.	1	0,5	0,5
19.	Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку, разновидность прыжков, стойка волейболиста. Специально беговые упражнения, подвижные игры.	1		1
20.	Медленный бег, разновидность бега, ОРУ в парах, передвижения, верхняя передача мяча	1		1
21.	Разновидность прыжков. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры, эстафеты с элементами волейбола.	1		1
22.	Медленный бег, разновидность бега. Верхняя передача мяча.	1		1
23	Медленный бег, разновидность бега, элементы гимнастики, акробатические элементы. ОРУ в парах, маховые движения рук.	1		1
24	Элементы волейбола верхняя, нижняя передача, нижняя подача мяча.	1		1
25	Прыжок с двух ног с места, с 3-х, 6-и беговых шагов. Элементы спортивных игр, подвижные игры.	1		1
26	Медленный бег, разновидность бега. Толчок с двух ног с места, в движении, подвижные игры, эстафеты с элементами гимнастики и волейбола	1		1
27	Техника защиты. Действия без мяча.	1		1
28	Техника защиты. Действия с мячом	1		1
29-30	Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия	2		2
31-32	Командные действия	2		2
33-34	Контрольные игры и соревнования	2		2
	Итого	34	3,5	30,5

Календарно-тематическое планирование по внеурочной деятельности "Футбол, волейбол"
(первый год обучения)

№ урока п/п	Содержание материала	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Примерные сроки изучения
Распределение программного материала по спортивно-оздоровительной направленности «Футбол»				
1.	Физическая культура и спорт в России	1	<u>Знать</u> о развитии физической культуре и спорте в России, о спортивных достижениях российских спортсменов. <u>Проявлять</u> интерес к спорту в России	
2.	.Гигиенические знания и навыки	1	<u>Использовать</u> гигиенические знания и навыки: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта.	
3.	Правила игры в футбол. Техника безопасности.	1	<u>Знать</u> правила техники безопасности. <u>Разобрать и изучить</u> правила игры в "малый футбол" <u>Знать</u> роль капитана команды, его права и обязанности.	
4.	Разучивание народной игры "Каравай". Обманные движения	1	<u>Играть</u> в подвижные игры с бегом , с прыжками, метанием. <u>Развивать</u> координационные способности. <u>Знать</u> обманные движения (финты).	
5.	Упражнения для развития скоростных качеств. Народная игра "Горелки"	1	<u>Выполнять</u> упражнения для развития стартовой скорости, дистанционной скорости, бег "змейкой".	
6-7.	Подвижные игры. Техника игры в футбол	2	<u>Уметь выполнять</u> прямой и резаный удар по мячу, точность удара. <u>Знать</u> траекторию мяча после полёта.	
8.	Упражнения для развития скоростных качеств. Игра. Техника игры в футбол	1	<u>Выполнять</u> упражнения для развития скоростных качеств. <u>Уметь выполнять</u> удары по мячу внутренней стороной стопы, остановку мяча подошвой.	

9-10.	Подвижные игры со скакалкой. Игра "Третий лишний". Удары по мячу ногой	2	<u>Знать и уметь</u> выполнять упражнения со скакалкой. <u>Выполнять</u> удары правой и левой ногой по мячу.	
11.	Игры на свежем воздухе. Повторение изученных игр. Удары по мячу головой	1	<u>Играть</u> в подвижные игры с бегом , с прыжками, метанием. <u>Развивать</u> координационные способности. <u>Выполнять</u> удары серединой лба без прыжка и в прыжке.	
12.	Упражнения ловкости. Народная игра "Удочка". Отбор мяча	1	<u>Знать и выполнять</u> специальные упражнения для развития ловкости. <u>Уметь выполнять</u> перехват мяча- быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча.	
13.	Повторение изученных игр. Тактика игры в футбол	1	<u>Знать</u> характеристику игровых действий вратаря, защитников и нападающих.	
14.	Упражнения в ловкости. Техника игры вратаря	1	<u>Знать и выполнять</u> специальные упражнения для развития ловкости. <u>Знать</u> основную стойку вратаря. <u>Уметь</u> выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от "угла удара".	
15-17.	Соревнования по футболу	3	<u>Уметь</u> играть по правилам игры в "малый футбол".	
Распределение программного материала по спортивно-оздоровительной направленности «Волейбол»				
18.	Правила игры в волейбол. Техника безопасности.	1	<u>Знать</u> правила техники безопасности. <u>Знать</u> правила игры в мини-волейбол, технику безопасности	
19.	Подвижные игры с мячом . Подбрасывание и ловля	1	<u>Знать</u> повороты, разновидность ходьбы, упражнения на осанку, разновидность прыжков, стойка волейболиста. Специально беговые упражнения, упражнения для мышц ног, брюшного пресса, подвижные игры.	

20.	Гимнастические упражнения для мышц рук и плечевого пояса	1	<u>Уметь</u> выполнять гимнастические упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	
21.	Акробатические упражнения : кувырки вперёд, назад, стойка на лопатках. Подвижные игры "День и ночь"	1	<u>Уметь</u> выполнять акробатические упражнения.	
22-23.	Техника нападения. Действия без мяча	2	<u>Знать</u> технику нападения. <u>Выполнять</u> действия без мяча: ходьба, бег, перемещаясь лицом вперёд, перемещение переставными шагами.	
24-26.	Действия с мячом: подача мяча, передача мяча, нападающие удары.	3	<u>Выполнять</u> действия с мячом: передача мяча, подача мяча, нападающие удары.	
27.	Техника защиты. Действия без мяча.	1	<u>Выполнять</u> действия без мяча: ходьба, бег, перемещаясь лицом вперёд, перемещение переставными шагами лицом вперёд, боком вперёд.	
28.	Техника защиты. Действия с мячом	1	<u>Выполнять</u> действия с мячом: передача мяча, подача мяча, нападающие удары, приём мяча сверху двумя руками.	
29-30.	Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия	2	<u>Знать</u> взаимодействия игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3, взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроком зоны 3	
31.	Командные действия	1	<u>Выполнять</u> приём нижней подачи и первую передачу в зону 3.	
32.	Техника защиты	1	<u>Уметь</u> выбрать место при приёме нижней подачи.	
33-34	Контрольные игры и соревнования	2	<u>Уметь</u> играть по правилам игры в "мини-волейбол".	

Календарно-тематическое планирование по внеурочной деятельности "Футбол, волейбол"
(второй год обучения)

№ урока п/п	Содержание материала	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Примерные сроки изучения
Распределение программного материала по спортивно-оздоровительной направленности «Футбол»				
1	Развитие футбола в России; гигиенические знания и навыки. Комплекс физических упражнений.	1	<u>Знать</u> о развитии физической культуре и спорте в Росси, о спортивных достижениях российских спортсменов. <u>Проявлять</u> интерес к спорту в России. <u>Использовать</u> гигиенические знания и навыки: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта.	
2	Правила игры в футбол; место; оборудование. ОФП: Упражнения на развитие скорости. Техника безопасности.	1	<u>Знать</u> правила техники безопасности. <u>Разобрать и изучить</u> правила игры в "малый футбол" <u>Знать</u> роль капитана команды, его права и обязанности. <u>Выполнять</u> упражнения для развития стартовой скорости, дистанционной скорости, бег "змейкой".	
3	Классификация и терминология технических приёмов футбола. Упражнения на развитие гибкости, силы.	1	<u>Знать</u> классификацию и терминологию технических приёмов футбола. <u>Выполнять</u> упражнения на развитие гибкости, силы.	
4	Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП: Упражнение на развитие силы.	1	<u>Уметь</u> выполнять прямой и резаный удар по мячу, точность удара. <u>Выполнять</u> упражнения на развитие силы.	
5	Удар по мячу головой, ногой.	1	<u>Выполнять</u> удар по летящему мячу внутренней стороной стопы, удар на точность.	
6-7	Остановка, ведение мяча, отбор мяча.	2	<u>Уметь</u> выполнять введение мяча внешней частью. внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и	

			поочерёдно, остановку мяча подошвой.	
8	Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие скоростных качеств	1	<u>Выполнять</u> упражнения для развития скоростных качеств. <u>Играть</u> в подвижные игры с бегом , с прыжками, метанием. <u>Развивать</u> координационные способности. <u>Знать</u> обманные движения (финты).	
9-10	Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы.	2	<u>Уметь</u> выполнять удары по мячу правой и левой ногой: внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы по неподвижному и катящемуся справа и слева мячу.	
11	Удары по мячу серединой лба, остановка мяча подошвой.	1	<u>Развивать</u> координационные способности. <u>Выполнять</u> удары серединой лба без прыжка и в прыжке. <u>Выполнять</u> остановку внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча.	
12	Техника игры вратаря. Упражнения на развитие гибкости, скорости реакции.	1	<u>Уметь</u> выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от "угла удара", разыгрывать удар от своих ворот. <u>Уметь</u> выполнять передвижение в воротах без мяча в сторону приставным. крестным шагом и скачками на двух ногах.	
13	Передача мяча партнёру серединой лба.	1	<u>Уметь</u> наносить удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота. партнёру.	
14	Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.	1	<u>Применять</u> различные виды обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.	
15	Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча друг другу.	1	<u>Выполнять</u> противодействие комбинации "стенка", взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.	

16	Участие в школьных соревнованиях по футболу.	1	<u>Уметь</u> играть по правилам игры в "малый футбол". <u>Учиться</u> понимать свою социальную роль, развивать самостоятельность и ответственность, развивать навыки сотрудничества со сверстниками	
17	Разбор проведенных учебных и календарных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.	1	<u>Учиться</u> понимать причины успеха и неуспеха своей деятельности	
Распределение программного материала по спортивно-оздоровительной направленности «Волейбол»				
18.	Волейбол - цели и задачи. Техника безопасности. Повороты, разновидность ходьбы, упражнения на осанку, разновидность бега, подвижные игры.	1	<u>Знать</u> правила техники безопасности. <u>Уметь</u> выполнять повороты, лёгкоатлетические упражнения.	
19.	Повороты, разновидность ходьбы, упражнения на осанку, разновидность прыжков, стойка волейболиста. Специально беговые упражнения, подвижные игры.	1	<u>Уметь</u> выполнять повороты, лёгкоатлетические упражнения, специальные беговые упражнения, <u>Знать</u> перемещения и стойки: стартовая стойка (исходные положения)-основная.	
20.	Медленный бег, разновидность бега, ОРУ в парах, передвижения, нижняя передача мяча	1	<u>Уметь</u> выполнять медленный бег. <u>Знать</u> разновидность бега. <u>Уметь</u> выполнять передачу мяча.	
21.	Разновидность прыжков. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры, эстафеты с элементами волейбола.	1	<u>Знать</u> разновидность прыжков и уметь выполнять прыжки. <u>Играть</u> в подвижные игры с элементами волейбола.	
22.	Медленный бег, разновидность бега. Верхняя передача мяча.	1	<u>Уметь</u> выполнять медленный бег. <u>Знать</u> разновидность бега. <u>Уметь</u> выполнять верхнюю передачу мяча	
23	Медленный бег, разновидность бега, элементы гимнастики, акробатические элементы.	1	<u>Уметь</u> выполнять медленный бег. <u>Знать</u> разновидность бега. <u>Выполнять</u> акробатические элементы, упражнения	

	Упражнения в парах, маховые движения рук.		в парах, маховые движения рук.	
24	Элементы волейбола верхняя: нижняя передача, нижняя подача мяча.	1	<u>Знать</u> элементы волейбола: верхняя, нижняя передача, нижняя подача мяча.	
25	Прыжок с двух ног с места, с 3-х, 6-и беговых шагов. Элементы спортивных игр, подвижные игры.	1	<u>Выполнять</u> прыжки с двух ног с места, с 3-х, 6-и беговых шагов, элементы спортивных игр, подвижные игры.	
26	Медленный бег, разновидность бега. Толчок с двух ног с места, в движении, подвижные игры, эстафеты с элементами гимнастики и волейбола	1	<u>Выполнять</u> медленный бег, толчок с двух ног с места, в движении, подвижные игры, эстафеты с элементами гимнастики и волейбола	
27	Техника защиты. Действия без мяча.	1	<u>Выполнять</u> действия без мяча: скач�к впер�д, остановка прыжком, сочетание способов перемещений и остановок.	
28	Техника защиты. Действия с мячом	1	<u>Выполнять</u> действия с мячом: приём мяча снизу двумя руками; приём мяча снизу с подачи; одиночное блокирование.	
29-30	Тактика нападения. Индивидуальные действия. Групповые действия	2	<u>Уметь</u> выполнять подачу на точность в зоны; выбрать способ отбивания мяча через сетку.	
31-32	Командные действия	2	<u>Знать</u> расположение игроков при приёме мяча противника, "углом впер�д".	
33-34	Контрольные игры и соревнования	2	<u>Уметь</u> играть по правилам игры в "мини-волейбол".	
	Итого	34		

Список методической литературы

1. Физическая культура 1-11 классы : комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха, А.А.Зданевича/ авт.-сост. А.Н.Каинов, Г.И.Курьерова. - Изд.2-е.- Волгоград: Учитель, 2013.
2. Л.Б.Кофман. Настольная книга учителя физической культуры. -М., Физкультура и спорт, 2008
3. Ж.К.Холодов, В.С.Кузнецов. Практикум по теории и методике физического воспитания, 2007.
4. В.И.Лях. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя. Издательство Москва 2006.
5. «Мой друг-физкультура». 1-4 классы, под ред. В.И.Лях – М. «Просвещение», 2006.
6. «Ура, физкультура!» 2-4 классы, под ред. Е.Н.Литвинов, Г.И.Погадаев - М.«Просвещение», 2006.
7. «Сценарии праздников для детей и взрослых. Подвижные игры – Мир Книги, Москва 2011г
8. В.И. Ковалько. « Поурочные разработки по физкультуре. 1-4 классы».- М.: ВАКО, 2003.
9. М.Н.Жуков. «Подвижные игры». – М.: Издательский центр «Академия», 2004.
10. А.В. Ивойлов. « Волейбол». Мн.: Выш. школа. 1985.
11. Б.Я. Цирик, Ю.С. Лукашин «Футбол». – М.: Физкультура и спорт, 1982.