

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЛИЦЕЙ ГОРОДА АБДУЛИНО»

461742, Оренбургская обл., г.Абдулино, ул.Школьная, д.35  
тел.(35355)2-83-22, факс (35355)2-84-57, e-mail: [12\\_ou06@mail.ru](mailto:12_ou06@mail.ru)

Утверждаю:  
Директор МБОУ «Лицей  
г.Абдулино»  
 Ильичева Г.Р.  
«30 августа 2023 г.

Согласовано:  
Зам директора по ВР  
 Паряева Э.В.  
«30 августа 2023 г.

Рассмотрено на заседании  
ШМО  
Протокол №1  
«30 августа 2023 г.

**Дополнительная образовательная общеразвивающая  
программа по волейболу**

Возраст обучающихся: 6 -17 лет  
Срок реализации программы: 1 год  
Разработчик программы:  
Шафиков Радик Матаматгаревич

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты освоения программы секции «Пионербол» .....	3-4
2. Содержание программы секции «Пионербол».....	5-6
3. Тематическое планирование .....	6-17

На современном этапе общественного развития главенствующее значение имеет формирование здоровой, социально активной, гармонически развитой личности. Программа секции «Пионербол» относится к физкультурно-спортивной направленности.

Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психоэмоциональное и социальное развитие личности.

Пионербол – это увлекательная и массовая подвижная игра. Она проста, эмоциональна и отличается высоким оздоровительным эффектом. Чтобы играть в пионербол, нужно быстро бегать, мгновенно изменять движения по направлению и скорости, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью, выносливостью. Выполнение движений с мячом сопровождается эмоциональным напряжением, выявляет активизацию деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Игра развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

**Личностными результатами** обучения являются:

- Формирование чувств гордости за свою Родину, народ и историю России, осознание этнической принадлежности.
- Формирование уважительного отношения к культуре других народов.
- Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, понятие и освоение социальной роли обучающегося.
- Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие детям.
- Развития навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметными результатами** обучения являются:

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления.
- Формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные достижения результата, общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничество.
- Овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметными результатами** обучения являются:

- Формирование начальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.
- Овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность, (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).
- Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация движений).

**3**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. Нарушения, жесты судей, правила соревнований.

**Основная цель** - сформировать общие представления о технике и тактике игры в пионербол, начальные навыки судейства; содействовать укреплению здоровья, развитию физических качеств;

## **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. Передвижения 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 передаче 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 и волейбольного мяча на дальность в парах, над собой, в стену.

**Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи мяча.** Круговые в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой. Броски мяча из-за головы с максимальным пригибанием. 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, приставной шаг вперед, в стороны, остановки, выпады, скачки. Упражнения с мячом. Прием мяча на месте и после перемещения, в падении.

**Основная цель** - воспитывать моральные и волевые качества занимающихся, умение взаимодействовать в команде. Укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта;

Воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;

Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;

Воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и спортивной деятельности; Участия в соревнованиях.

## **III. Техничко- тактические приемы**

### **1. Подача мяча**

- Техника выполнения подачи;
- Прием мяча;
- Подача мяча по зонам, управление подачей.

### **1. Передачи**

- Передачи внутри команды;
- Передачи через сетку;
- Передачи с места и после 2-х шагов в прыжке.

### 1. **Нападающий бросок**

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

### 1. **Блокирование**

- Ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока

### 1. **Комбинированные упражнения.**

- Подача-прием;
- Подача-прием-передача;
- Передача-нападающий бросок;
- Нападающий бросок-блок.

### 1. **Учебно-тренировочные игры**

- Отработка навыков взаимодействия игроков на площадке;
- Отработка индивидуальных действий игрока;
- Отработка групповых действий игроков ( страховка игрока, слабо принимающего подачу).

### 1. **Судейство игр**

- Отработка навыков судейства школьных соревнований.

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

### **3. Тематическое планирование с указанием количества часов**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1	Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. Содержание игры.	1

	Стойка игрока, перемещения по площадке.	
2	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход.	1
3	Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения рук, ног, туловища	1
4	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП	1
5	Броски и ловля мяча. Перемещение приставным шагом. Игра «Вызов номеров»	1
6	Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Бег на 5,10 м	1
7	Обучение подачи мяча, упражнения для рук. Передачи в парах.	1
8	Подача мяча. Упражнения с набивным мячом.	1
9	Упражнения с мячом. Подача мяча. Верхняя подача и верхняя боковая.	1
10	Подача мяча. Прием мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления	1
11	Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию.	1
12	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища	1
13	Передача мяча через сетку двумя руками с места прыжком	1
14	Перемещение вперед, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук.	1
15	Прием мяча Передача к сетке. Игра по упрощенным правилам	1
16	Игра в пионербол по упрощенным правилам	1
17	Контроль выполнения подачи мяча.	1
18	Круговая тренировка. Подвижные игры с мячом, двухсторонние игры до 15 мин.	1
19	Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей.	1
20	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков ( 2:2, 2:3, 3:3) и на укороченной площадке.	1
21	Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок.	1
22	Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. ОФП	1
23	Нападающий бросок с первой линии. Развитие скоростно-силовых качеств.	1
24	Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения	1
25	Техника нападающих бросков. Нападающий бросок через сетку двумя руками в прыжке с первой линии.	1

26	Техника нападающих бросков. Нападающий бросок через сетку двумя руками в прыжке с первой линии.	1
27	Подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча. Игровые упражнения с прыжками, метаниями бросками разных мячей в цель и на дальность.	1
28	Закрепление способов перемещения. Учебная игра по упрощенным правилам.	1
29	Закрепление способов перемещения. Учебная игра по упрощенным правилам.	1
30	Подача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель.	1
31	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков 2х2, 2х3, 3х3 на укороченной площадке.	1
32	Закрепление подачи мяча. ОФП	1
33	Закрепление приема мяча после подачи.	1
34	Игра в пионербол двумя мячами. Упражнения с двумя мячами.	1

#### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО КУРСУ «ПИОНЕРБОЛ» 5 класс

№	Тема занятия	Элемент содержания	Планируемые результаты УУД
1	Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. Содержание игры. Стойка игрока, перемещения по площадке.	Ознакомление учеников с правилами игры, разметкой, стойками и перемещением.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> ознакомиться с правилами игры, разметкой, стойкой игрока на площадке</p>
2	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход.	Ознакомление детей с техникой безопасности во время игры в пионербол. Переходы на площадке.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> соблюдать технику безопасности во время игры в пионербол, уметь передвигаться по площадке</p>

3	Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения рук, ног, туловища	Разучивание перемещений по площадке, переходы. Разучивание силовых упражнений для рук, ног, туловища.	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> перемещаться по площадке, соблюдать переходы, уметь выполнять силовые упражнения</p>
4	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП	Разучивание бросков мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель</p> <p><b>Познавательные:</b> бросать мяч из-за головы в парах, тройках.</p>
5	Броски и ловля мяча. Перемещение приставным шагом. Игра «Вызов номеров»	Разучивание беговой разминки, проведение тестирования челночного бега 3х10. Сдача норматива	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь перемещаться приставным шагом</p>
6	Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Бег на 5, 10 м	Разучивание бросков мяча, ловля мяча на месте и после перемещения	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе.</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять броски, ловить мяч на месте и после перемещения</p>
7	Обучение подачи мяча, упражнения для рук. Передачи в парах.	Разучивание подачи мяча, передача мяча в парах	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные</p>

			цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> подача мяча, передача мяча в парах
8	Подача мяча. Упражнения с набивным мячом.	Разучивание подачи мяча, работа с набивными мячами	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель <b>Познавательные:</b> уметь выполнять подачу мяча
9	Упражнения с мячом. Подача мяча. Верхняя подача и верхняя боковая.	Разучивание подачи мяча, верхняя и боковая подача	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> выполнять подачу мяча
10	Подача мяча. Прием мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления	Разучивание подачи мяча, приема мяча после перемещения, бег с остановками и изменением направления	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель <b>Познавательные:</b> выполнять подачу мяча, принимать мяч после перемещения
11	Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию.	Разучивание действий игрока после приема	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы <b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату <b>Познавательные:</b> уметь выполнять упражнения на координацию движений
12	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища	Разучивание передачи мяча внутри команды, упражнения для рук, ног, туловища	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> адекватно

			<p>оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять передачу внутри команды</p>
13	Передача мяча через сетку двумя руками с места прыжком	Разучивание передачи мяча через сетку двумя руками и с места прыжком	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять передачу мяча через сетку двумя руками и с места прыжком</p>
14	Перемещение вперед, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук.	Разучивание перемещений вперед, назад, правым боком, левым боком	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь перемещаться по площадке вперед, назад, правым боком, левым боком.</p>
15	Прием мяча Передача к сетке. Игра по упрощенным правилам	Разучивание приема мяча, передача к сетке	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять передачу мяча, передачу к сетке</p>
16	Игра в пионербол по упрощенным правилам.	Игра по упрощенным правилам	<p><b>Коммуникативные:</b> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе</p> <p><b>Регулятивные:</b> определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, находить необходимую информацию</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь работать в команде</p>
17	Контроль выполнения подачи мяча.	Разучивание подачи мяча	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать</p>

			<p>умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять подачу мяча</p>
18	Круговая тренировка. Подвижные игры с мячом, двухсторонние игры до 15 мин.	Разучивание подвижных игр с мячом, проведение круговой тренировки	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь играть в команде</p>
19	Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей.	Разучивание нападающему броску, броску из-за головы	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять броски,</p>
20	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков ( 2:2, 2:3, 3:3) и на укороченной площадке.	Разучивание игровых заданий	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию.</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь работать на укороченной площадке, выполнять задания</p>
21	Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок.	Разучивание передачи мяча через сетку в прыжке, нападающий бросок	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять передачу мяча через сетку в прыжке, нападающий удар.</p>
22	Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. ОФП	Разучивание нападающего броска через сетку с места и после двух шагов в прыжке	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою</p>

			<p>деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов</p>
23	Нападающий бросок с первой линии. Развитие скоростно-силовых качеств.	Разучивание броска с первой линии	<p><b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять бросок с первой линии, комплекс силовых упражнений</p>
24	Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения.	Разучить нападающий бросок после передачи	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять нападающий бросок после передачи</p>
25	Техника нападающих бросков. Нападающий бросок через сетку двумя руками в прыжке с первой линии.	Разучивание техники нападающих бросков, нападающий бросок через сетку двумя руками в прыжке с первой линии	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять бросок через сетку двумя руками в прыжке с первой линии</p>
26	Круговая тренировка. Подвижные игры с мячом. Двухсторонние игры до 15 минут.	Разучивание подвижных игр	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь играть в подвижные игры, в двухсторонние игры</p>
27	Подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча. Игровые упражнения с прыжками, метаниями бросками разных мячей в цель и	Разучивание игровых упражнений с прыжками, метаниями, бросками разных мячей в цель и на дальность	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные</p>

	на дальность.		цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> уметь выполнять упражнения с прыжками, бросками в цель и на дальность
28	Закрепление способов перемещения. Учебная игра по упрощенным правилам.	Закрепление способов перемещения	<b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы <b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату <b>Познавательные:</b> уметь перемещаться по площадке
29	Круговая тренировка. Подвижные игры с мячом. Учебная игра до 15 минут.	Разучивание комплекса круговой тренировки, подвижных игр	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров <b>Познавательные:</b> уметь выполнять упражнения
30	Подача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель.	Разучивание выполнения подачи по зонам, техника метания в цель	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Познавательные:</b> техника выполнения подачи по зонам
31	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков 2х2, 2х3, 3х3 на укороченной площадке.	Разучивание игровых заданий	<b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров <b>Познавательные:</b> уметь выполнять игровые задания
32	Закрепление подачи мяча. ОФП	Закрепление подачи мяча	<b>Коммуникативные:</b> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель <b>Познавательные:</b> уметь выполнять

			подачу, подачу по зонам
33	Закрепление приема мяча после подачи.	Закрепление приема после подачи	<p><b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга, уметь работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.</p> <p><b>Регулятивные:</b> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров</p> <p><b>Познавательные:</b> умение выполнять прием после подачи</p>
34	Игра в пионербол двумя мячами. Упражнения с двумя мячами.	Разучивание игры двумя мячами, упражнений с двумя мячами	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь выполнять упражнения двумя мячами, играть двумя мячами</p>
35	Учебно-тренировочная игра. Прыжки со скакалкой.	Играть в команде, прыгать на скакалке	<p><b>Коммуникативные:</b> устанавливать рабочие отношения, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы</p> <p><b>Регулятивные:</b> формировать умение контролировать свою деятельность по результату</p> <p><b>Познавательные:</b> уметь играть в команде</p>