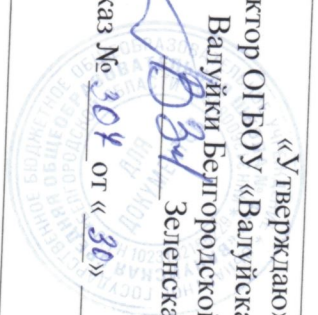


Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Валуйская средняя общеобразовательная школа №4» Белгородской области

<p>«Согласовано» Заместитель МО Говорова Е.С. Протокол № 1 от «10» 08 2023 г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора школы ОГБОУ «Валуйская СОШ №4» г. Валуйки Белгородской области Н.В. Ефимова «15» 08 2023г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор ОГБОУ «Валуйская СОШ №4» г. Валуйки Белгородской области Г.В. Зеленская Приказ № 304 от «30» 08 2023 г.</p> 
---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности ФГОС

«Лёгкая атлетика»

Срок реализации – 1 год

для 2 классов

Выполнил учитель:
физической культуры
Говорова Е.С.

2023 – 2024 г

Рабочая программа внеурочной деятельности «Лёгкая атлетика» для 2 класса составлена на основе следующих нормативных документов:

Пояснительная записка

- Федеральный Закон «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ (принят Государственной Думой 21.12.12г., одобрен Советом Федерации 26.12.12г., вступил в силу с 01.09.13г.).
- Федеральные государственные образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобр РФ от 6 октября 2009г. №373).
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
- Примерная основная образовательная программа начального общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15)
- СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010г. №189).

Актуальность программы

Лёгкая атлетика, один из основных и наиболее массовых видов спорта, объединяющий ходьбу и бег на различные дистанции, прыжки в длину и высоту, метания диска, копы, молота, гранаты (толкание ядра), а также легкоатлетические многоборья - десятиборье, пятиборье и физическому развитию, укреплению здоровья детей. Популярность и массовость легкой атлетикой способствуют всестороннему и самым различным образом легкоатлетических упражнений, простотой техники выполнения, возможностью варьировать нагрузку и проводить занятия в любое время года не только на спортивных площадках, но и в естественных условиях.

Лёгкая атлетика имеет большое оздоровительное значение. Занятия, как правило, проводятся на свежем воздухе. Легкоатлетические упражнения требуют динамической работы многих мышц, что позволяет легко регулировать нагрузку, улучшает деятельность двигательного аппарата, внутренних органов, центральной нервной системы и организма в целом.

Направленность программы

Основными формами проведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются: беседа, физические упражнения и двигательные задания, тестирование, игра.

- тестирование;
- беседа.

Возраст детей, участвующих в реализации программы

Данная программа предназначена для занятий во внеурочной деятельности по легкой атлетике для **2** классов. Она предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений и участие в спортивных соревнованиях. Теоретические сведения сообщаются в процессе практических занятий. Занятия проходят два раза в неделю по 1 часу.

Набор в группы осуществляется не на конкурсной основе, главное – желание ребенка заниматься в кружке. Кроме того, предусматриваются индивидуальные занятия, которые направлены на развитие детей, подготовленных слабее.

Сроки реализации программы (общая продолжительность, этапы)

Рабочая программа рассчитана на 1 час в неделю (34 часов в год). Теоретические знания учащиеся получают в процессе занятия.

Формы и режим занятий

Групповые занятия, длительность занятия – 40 минут

Для более качественного освоения предметного содержания занятия подразделяются на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью:

- **образовательно-познавательной направленности** знакомят с учебными знаниями, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий, с использованием ранее изученного учебного материала;
- **образовательно-предметной направленности** используются для формирования обучения практическому материалу разделов легкой атлетики, подвижных игр, спортивных игр;
- **образовательно-тренировочной направленности** используются для преимущественного развития физических качеств и решение соответствующих задач на этих занятиях, формируются представления о физической подготовке и физических качеств, обучают способам регулирования физической нагрузки.

Общая характеристика курса

Образование в начальной школе является базой, фундаментом всего последующего обучения. В начальной школе формируются универсальные учебные действия, закладываются основа формирования учебной деятельности ребенка – система учебных и познавательных мотивов, умение принимать, сохранять, реализовывать учебные цели, умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия и их результаты. Начальная школа имеет познавательную функцию, обеспечивая познавательную мотивацию и интересы учащихся, их готовность и способность к сотрудничеству и совместной деятельности ученика с учителем и одноклассниками, формирует основы нравственного поведения, определяющего отношения личности с обществом и окружающими людьми.

Основная идея программы внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности состоит в том, что внеурочная деятельность нацелена в первую очередь на формирование устойчивых мотивов к занятиям физкультурной деятельностью, формирование основ здорового образа жизни, на развитие специальных предметных компетенций спортивно-физкультурного характера. Именно поэтому внеурочная деятельность строится на основе доступных видов спортивных занятий с мячом.

Продолжительность обучения – 1 год.
Продолжительность занятия – 40 минут.

Личностные результаты:

Метапредметные и личностные результаты освоения курса.

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

Предметные результаты:

- формирование знаний о легкой атлетике и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределить своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;

- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия легкой атлетикой свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

Процесс обучения предусматривает следующие **виды контроля:**

вводный, который проводится для оценивания объективных знаний, умений и навыков учащихся перед началом изучения программы; *текущий*, который проводится в процессе занятий и предназначен для закрепления знаний, умений и навыков по пройденным разделам; *итоговый*, проводится после завершения всей учебной программы.

Основными показателями выполнения программных требований являются:

- выполнение контрольных нормативов;
- овладение теоретическими знаниями;
- знание и выполнение правил легкоатлетических, специальных беговых упражнений;
- способность применять основные приёмы самоконтроля;
- знание правил поведения в спортивном зале и на спортивной площадке;
- знание основ истории развития лёгкой атлетики

Цель и задачи программы

Рабочая программа имеет *спортивно - оздоровительную направленность*, подготовлена с учетом базовых требований и учебных программ для занятий во внеурочное время.

Цель программы – создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, через обучение легкой атлетике.

Целостная система подготовки решает следующие **основные задачи:**

Обучающие:

- формирование стойкого интереса к занятиям легкой атлетикой;
- формирование специальных знаний, умений и навыков.

Развивающие:

- развитие физических способностей;
- раскрытия потенциала каждого ребенка;

Воспитательные:

- воспитание нравственных, эстетических, личностных качеств обучающихся;
- формирование взаимопонимания и бесконфликтности в общении.

1 раздел: Беговые упражнения

Теоретическая часть:

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования на занятиях легкой атлетике

Физическая культура человека

- закаливание организма.

Практическая часть: низкий старт, стартовый разгон и бег по дистанции 40-60 м, движение рук в беге, бег с ускорением.

2 раздел: Прыжки в длину с разбега «согнув ноги»

Теоретическая часть:

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования на занятиях по прыжкам в длину с разбега

История развития легкой атлетики.

- легкая атлетика - как вид спорта

Практическая часть: прыжки в длину с места; отталкивание в прыжках в длину с разбега. Приземление. Разбег в сочетании с отталкиванием. Прыжки в длину с разбега. Специальные беговые и прыжковые упражнения для освоения техники прыжков.

3 раздел: Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»

Теоретическая часть:

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования на занятиях по прыжкам в высоту.

Физическая культура (основные понятия).

- физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитие физических качеств

Практическая часть: Отталкивание с места и небольшого разбега, а также правильному приземлению. Разбег в сочетании с отталкиванием. Прыжки в высоту с разбега. Специальные беговые и прыжковые упражнения для освоения техники бега и прыжков.

4 раздел: Метание малого мяча

- Теоретическая часть:

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования на занятиях по метанию мяча.

Физическая культура человека:

- основные приёмы самоконтроля.

Практическая часть: Метание теннисного мяча, стоя боком в направлении метания, выход в положение "натянутого лука" в финальном усилии; выполнение хлесткому движению метательной руки в финальном усилии; метание малого мяча с двух – трех шагов разбега; метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 * 1м) с расстояния 8-10м.

5 раздел: Подвижные игры с элементами легкой атлетики

- **Теоретическая часть:**

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования при занятиях подвижными играми.

- **Способы двигательной деятельности**

- проведение самостоятельных занятий прикладной физической культурой.

- **Практическая часть:**

Игры с бегом: «Знамя», «Жмурки», «Ловишки», «Выручай!», «Выше ноги от земли», «Лягга», эстафеты.

Игры с прыжками: «Кузнечики», «Прыжки по полоскам», «Перемена мест», «Удочка», «Бой петухов»

Игры с метанием: «Кто дальше бросит», «Невод», «Гонка мячей по кругу», «Мяч среднему».

Формы оценивания внеурочной деятельности

Критериями оценки выполнения программы служат:

- стабильный интерес школьников к изучению пропаганды легкой атлетики
- массовость и активность участия учащихся в мероприятиях по данной направленности.

Учащийся должен знать:

- Правила безопасного поведения во время занятий легкой атлетики;
- о способах и особенностях движения и передвижений человека;
- о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений;

- о способах простейшего контроля над деятельностью этих систем;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закалывающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- о причинах травматизма и правилах его предупреждения;

Тематическое планирование 2 класса

Наименование разделов И тем программы	Кол-во часов	Воспитательный потенциал	Электронные ресурсы
Бег на короткие дистанции.	8	Возникает чувство, которое побуждает его к нравственной оценке своего поведения и взглядов.	https://edsoo.ru
Прыжки в длину с разбега	4	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д	https://edsoo.ru
Прыжки в высоту способом «перешагивание»	4	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д	https://edsoo.ru
Метание малого мяча	3	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д	https://edsoo.ru
Подвижные игры с элементами легкой атлетики	12	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д	https://edsoo.ru

Метание малого мяча	3	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.	https://edsoo.ru
Физическая подготовка в процессе занятия.			
	Итого 34 часа		

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ уро ка	Название раздела Тема урока	Кол-во часов	Сроки прохождения		Формы деятельности	Воспитательный потенциал
			планов ые	фактиче ские		
1	Подводящие упражнения для нижней прямой подачи. Специальные упражнения для нижней прямой подачи. Поддача на ношу.	1	6.09		Однонатраженные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	Возникает чувство, которое побуждает его к нравственной оценке своего поведения и взглядов.
2	Подводящие упражнения для нижней боковой подачи. Специальные упражнения для нижней боковой подачи. Учебная игра.	1	13.09		Однонатраженные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
3	Подводящие упражнения для верхней прямой подачи. Специальные упражнения для верхней боковой подачи. Развитие координации. Учебная игра	1	20.09		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
4	Подводящие упражнения для подачи с вращением мяча. Специальные упражнения для подачи с вращением мяча.	1	27.09		Однонатраженные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
5	Специальные упражнения через сетку (в парах). Упражнения для развития ловкости, гибкости. Учебная игра.	1	4.10		Целостно-игровые занятия Построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
6	Подводящие упражнения для подачи в прыжке. Специальные упражнения для подачи в прыжке.	1	11.10		Однонатраженные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса,

7	Развитие прыгучести. Упр. для развития взрывной силы. Учебная игра.	1	18.10		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.		
8	Передачи в прыжке над собой, назад (короткие, средние, длинные) Передача двумя с поворотом, одной рукой. Развитие координации. Учебная игра.	1	25.10		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Возникает чувство, которое побуждает его к нравственной оценке своего поведения и взглядов.		
9	Упражнения с набивными мячами, с баскетбольными мячами. Специальные упражнения в парах на месте. Специальные упражнения в парах, тройках с перемещением. Специальные упражнения у сетки. Учебная игра.	1	8.11		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.		
10	Упражнения для напрыгивания. Специальные упражнения у стены в опорном положении. Специальные упражнения на подкидном мостике.	1	15.11		Однотипные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.		
11	Специальные упр. в парах через сетку. Упр. для развития прыгучести, точности удара. Учебная игра.	1	22.11		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.		
12	Упр. для перемещения игроков. Имитационные упражнения с баскетбольным мячом по технике приема мяча (на месте, после перемещений). Специальные упражнения в парах, тройках без сетки. Специальные упражнения в парах через сетку. Учебная игра	1	29.11		Целостно-игровые занятия Построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.		
13	Падение на спину, бедро – спину, набор, на голени, кувырок, на руки – грудь.	1	6.12		Однотипные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому,	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности,		

					тактическому или физическому	эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
14	Учебная игра. Акробатические упражнения.	1	13.12		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
15	Упр. для перемещения блокирующих игроков. Имитационные упр. по технике блокирования (на месте, после перемещения).	1	20.12		Однонаправленные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	Возникает чувство, которое побуждает его к нравственной оценке своего поведения и взглядов.
16	Имитационные упражнения с баскетбольными мячами (в паре). Специальные упр. через сетку (в паре). Упр. по технике группового блока. Учебная игра	1	27.12		Целостно-игровые занятия Построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
17	Упражнения на развитие прыгучести и прыжковой ловкости волейболиста. Учебная игра.	1	10.01		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
18	Технико-тактические действия в защите при страховке игроком 6 зоны. Упражнения для развития быстрой перемещения. Учебная игра	1	17.01		Целостно-игровые занятия Построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
19	Технико-тактические действия в защите для страховки крайним защитником, свободным от блока. Учебная игра	1	24.01		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
20	Прием мяча от сетки. Индивидуальные тактические действия при приеме нападающего удара. Развитие координации. Учебная игра.	1	31.01		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса.

21	Групповые взаимодействия. Командные действия в нападении. Взаимодействие игроков внутри линии и между линиями.	1	7.02		подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка Однонаправленные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	аккуратности и т.д
22	Выполнение вторых передач. Подбор упражнений для развития быстроты перемещений. Учебная игра.	1	14.02		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д
23	Взаимодействие игроков. Игра в защите игроков и команды в целом.	1	21.01		Однонаправленные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	Возникает чувство, которое побуждает его к нравственной оценке своего поведения и взглядов.
24	Групповые взаимодействия. Упражнения для развития ловкости, гибкости. Учебная игра.	1	28.02		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д
25	Передача в прыжке-откидке, отвлекающие действия при вторых передачах.	1	6.03		Однонаправленные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д
26	Упражнения для воспитания быстроты ответных действий. Упражнения на ослабление. Боковой нападающий удар, подача в прыжке. СФП. Упражнения для совершенствования ориентировки игрока. Учебная игра.	1	13.03		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д
27	Нападающий удар задней линии. СФП. Подбор упр. для развития специальной силы. Учебная игра.	1	20.03		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д

28	Упражнения для развития прыгучести. Нападающий удар толчком одной ноги. Подбор упражнений для развития взрывной силы. Учебная игра.	1	3.04		Тактическая подготовка	Целостно-игровые занятия Построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.
29	Упр. для развития гибкости. Техничко-тактические действия нападающего игрока (блок – аут). Упр. для развития силы	1	10.04		Однонаправленные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	Возникает чувство, которое побуждает его к нравственной оценке своего поведения и взглядов.	
30	Упр. для развития гибкости. Техничко-тактические действия нападающего игрока (блок – аут). Упр. для развития силы	1	17.04		Однонаправленные занятия Посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: техническому, тактическому или физическому	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.	
31	Передача мяча одной рукой в прыжке. Учебная игра.	1	24.04		Комбинированные занятия Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.	
32	Обманные нападающие удары. Групповые действия в нападении через игрока задней линии. Подбор упражнений для развития взрывной силы. Учебная игра.	1	8.05		Целостно-игровые занятия Построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.	
33	Учебная игра с заданием.	1	15.05		Целостно-игровые занятия Построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощённым правилам, с соблюдением основных правил	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.	
34	Учебная игра.	1	22.05		Контрольные занятия	Сохранение и укрепление здоровья, трудолюбия, добросовестности, эстетического вкуса, аккуратности и т.д.	

Список литературы

1. Рабочие программы по физической культуре . 1-11 классы (по программам В.И. Ляха) 2007.-126с. (Образовательный стандарт)
2. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа (сост. Е.С. Савинов). – М. : Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения).
3. Программа по легкой атлетике (бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба) для спортивных школ, - М. : Советский спорт, 2009.В.В.Ивочкин, Ю.Г. Травин, Н.Г.Королев, Т.Н. Семаева, А.И. Полушин
4. Программа по волейболу для спортивных школ и школ олимпийского резерва, - Железняк Ю.Д.; Чачин А.В; Сыромятников Ю.П.- 2009 год.
5. Работаем по новым стандартам- внеурочная деятельность учащихся (волейбол), Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов, «Просвещение» 2011год.