

Управление образования администрации Нюксенского муниципального района

БОУ НМР ВО «Лесютинская ООШ»

Программа принята
на заседании
педагогического совета
БОУ НМР ВО «Лесютинская ООШ»
от «29» августа 2022 года
протокол № 1

Утверждаю:

Врио директора

_____/ М.П. Пудова /

Приказ № 01-05/80

от «31» августа 2022 года



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
спортивно-оздоровительной направленности
«Спортивная секция»**

Возраст обучающихся: 7 -11 лет

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Гер Анна Михайловна,
учитель физической культуры,

д. Лесютино, 2022

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивно-оздоровительной направленности «Спортивная секция» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона России «Об образовании» 2012 г.,
- Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014г. №1726-р.,
- Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Письма Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

Программа направлена на изучение и совершенствование техники выполнения различных технических приемов спортивных игр, подготовке к сдаче норм ГТО, на укрепление здоровья школьников.

Программа «Спортивная секция» имеет спортивно- оздоровительную направленность.

Актуальность программы состоит заключается в том, что двигательная активность в жизни школьников имеет огромное значение, т.к. занятия на уроках требуют усидчивости и внимания, в то время как некоторым детям, в особенности 1-2 классам требуется большая двигательная активность. При переходе из детского сада в школу двигательная активность детей падает на 50%. Урок физкультуры всего на 11% удовлетворяет потребность двигательного режима школьника, и не надо забывать о том, что он проводится всего 2-3 раза в неделю. И если ребёнок постоянно слышит одно и то же: не бегай, не прыгай, не балуйся, он постепенно привыкает к малоподвижному образу жизни.

Гиподинамия является причиной частых головных болей, переутомления, понижения работоспособности и слабой физической подготовленности детей. И сразу же возникает проблема в лечении различных заболеваний, связанных с малоподвижным образом жизни, - это нарушение обмена веществ, проблемы с избыточным весом ребенка, нарушение осанки и возникновение уплощённости стопы, что в будущем приводит к необратимым последствиям в здоровье ребёнка.

Новизна программы

В основу программы положено развитие спортивных способностей детей по средствам совершенствования умений и навыков физкультурно-спортивной деятельности

Большое значение на занятиях уделяется контролю над техникой выполнения того или иного упражнения, а также на заинтересованность обучающихся, посредством улучшения результатов

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что в

Программа включает в себя:

- обширный теоретический материал;
- задания практического характера;
- задания творческого характера.

Отличительная особенность данной образовательной программы от уже существующих в том, что она дает учащимся более детальное понимание основ техники физических упражнений и спортивных игр.

Открывает возможности при минимальном количестве учебного времени уделить большее внимание особенностям выполнения спортивных нормативов и работе на лучший результат

Во-первых, содержание программы построено таким образом, чтобы максимально сформировать у обучающихся позитивное отношение к будущей трудовой деятельности.

Во-вторых, особенность программы является личностно - ориентированный *подход в процессе обучения*. Для этого у обучающихся определяется исходный уровень знаний и практических умений.

В дальнейшем, с учётом индивидуальных возможностей, выстраивается образовательная траектория обучения с целью максимального освоения программных заданий.

Принципы реализации программы:

- индивидуальности — выражается в ориентации программы на индивидуальные возможности и потребности учащихся на занятиях;
- деятельности — выражается в органическом единстве теоретических знаний и практических умений как основы организации образовательного процесса;
- целостности — необходимость гармонического единства рационального, эмоционального, социального и поискового, содержательного и эмоционального компонентов в обучении;
- доступности - заключается в необходимости соответствия содержания, методов и форм обучения возрастным особенностям учащихся, уровню их развития;
- преемственности и последовательности обучения предполагает, что знания даются учащимся не только в определенной последовательности и взаимосвязи, а изложение учебного материала педагогом доводится до уровня системности в сознании учащихся;
- результативности выражается в нацеленности на получение учащимся конкретного образовательного результата в ходе каждого учебного занятия;

Адресат программы

Программа адресована обучающимся от 7 до 11 лет.

Младший школьный возраст охватывает детей с 6– 7 до 11 лет (I– IV классы).

В данном возрасте происходит завершение анатомо-физиологического созревания систем, обеспечивающих двигательную активность ребенка. Однако в начале периода эти системы еще далеки от созревания, сам процесс развития моторики еще далек от завершения, хотя и протекает в этом возрасте с высокой степенью интенсивности.

Младший школьный возраст характеризуется относительно равномерным развитием опорно-двигательного аппарата, но интенсивность роста отдельных размерных признаков его различна. Так, длина тела увеличивается в этот период в большей мере, чем его масса.

Суставы детей этого возраста очень подвижны, связочный аппарат эластичен, скелет содержит большое количество хрящевой ткани. Позвоночный столб сохраняет большую подвижность до 8 – 9 лет. Исследования показывают, что младший школьный возраст является наиболее благоприятным для направленного роста подвижности во всех основных суставах.

Мышцы детей младшего школьного возраста имеет тонкие волокна, содержат в своем составе лишь небольшое количество белка и жира. При этом крупные мышцы конечностей развиты больше, чем мелкие.

В этом возрасте почти полностью завершается морфологическое развитие нервной системы, заканчивается рост и структурная дифференциация нервных клеток. Однако функционирование нервной системы характеризуется преобладанием процессов возбуждения.

В младшем школьном возрасте почти все показатели физических качеств демонстрируют очень высокие темпы прироста (табл. 3.4). Исключение составляет лишь показатель гибкости, темпы прироста которого в этот период начинают снижаться.

Пол обучающихся – смешанный.

Принцип набора в группу - свободный.

Объем программы

На весь период обучения для освоения программы запланировано 34 учебных часа.

Режим занятий

Занятия проводятся один раз в неделю по 1 часу (34 часа в течение года). Наполняемость групп - 12 человек.

Срок освоения программы – 2 года.

Формы, методы обучения.

Форма обучения - очная.

Процесс обучения строится по плану: теоретические занятия (применяются преимущественно при изучении правил спортивных игр), игровые и практические занятия, после чего происходит повтор изученного материала и зачетное занятие.

Зачетные занятия проводятся в виде сдачи норматива по конкретному упражнению или в виде теста по теоретическому материалу

Занятия включают элементы игры, использование преимущественно практической формы занятий.

При организации работы кружка используются следующие *методы обучения*: словесный, наглядный, практический.

Типы занятий

Занятия проводятся с детьми разного возраста в разновозрастных группах, а также индивидуально:

- комбинированные - изложение материала, закрепление полученных умений;
- подача нового материала (показ упражнений);
- повторение и усвоение пройденного – сдача нормативов, анализ полученных результатов;
- закрепление знаний, умений и навыков - постановка задачи и самостоятельная работа ребенка под руководством педагога;

Цель программы

Формирование базовых знаний и умений при выполнении комплекса ГТО, а также применение полученных знаний в практической. Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи программы

- ***развивающие***: более глубоко познакомить обучающихся с правилами спортивных игр и развивать физические качества, в соответствии с возрастными особенностями.
- ***обучающая***: сформировать умение технически правильного выполнения упражнений.
- ***воспитательные***: формирование привычки ведения здорового образа жизни, сделав спорт неотъемлемой составляющей частью режима дня школьника .

Программа обеспечивает достижение учащимися следующих ***личностных, метапредметных и предметных результатов***.

Личностные результаты:

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

Метапредметные результаты.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении упражнений и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- умение следовать при выполнении задания инструкциям учителя;
- умение понимать цель выполняемых действий.

Познавательные универсальные учебные действия:

- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- координировать различные позиции во взаимодействии с одноклассниками;
- принимать общее решение;
- контролировать действия партнёра в спортивной игре;
- умение участвовать в выборе тактики спортивной игры , соблюдать правила спортивных игр , передавать в связном повествовании полученную информацию.

Предметные

По окончании обучения учащиеся должны демонстрировать сформированные умения и навыки выполнения физических упражнений и спортивных игр и применять их в практической деятельности.

Ожидается, что в результате освоения общих навыков физической направленности учащиеся будут :

- вести здоровый образ жизни;
- выбирать тактику ведения той или иной спортивной игры (пионербол, волейбол, футбол);
- играть по правилам спортивных игр;
- технически правильно выполнять физические упражнения;
- улучшат свои спортивные результаты;

Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование раздела. Темы.	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		все го	тео рия	прак ти ка	
1.	Раздел 1. Легкая атлетика	5	0	1	
2.	Тема 1.1. Инструктаж по технике безопасности. Беседа о здоровом образе жизни и о вредных привычках.	1	1	-	Устный опрос
3.	Тема 1.2. Бег по пересечённой местности от 500 до 2 км. Бег с ускорением.	1	0	1	
4.	Тема 1.3. Бег на короткие дистанции на время. Эстафеты 4x100м.	1	0	2	
5.	Тема 1.4. Бег - кросс по пересечённой местности 1 - 2 км.	1	0	1	Работа на уроке
6.	Тема 1.5. Эстафетный бег 4x100м на результат.	1	0	1	Зачет
7.	Раздел 2. Спортивные игры	5	0	5	
8.	Тема 2.1 Пионербол. Правила игры. Челночный бег 3x9 м в виде эстафеты.	1		1	
9.	Тема 2.2 Упражнения в парах с мячом.	1		1	Выполнение практического задания
10.	Тема 2.3 Зачетное занятие по правилам игры в пионербол	1		1	Тест
11.	Тема 2.4. Пас -передачи. Учебная игра 4x4.	1		1	Зачёт
12.	Тема 2.5. Пас -передачи. Учебная игра 4x4.	1		1	
13.	Раздел 3. Гимнастика	4	0	4	
14.	Тема 3.1. Круговая тренировка. Упражнения с отягощающими предметами.	1	0	1	Работа на занятии
15.	Тема 3.2. ОРУ с предметами. Подвижные игры с элементами гимнастики.	1	0	1	Работа на занятии
16.	Тема 3.3. Круговая тренировка. Акробатические упражнения.	1	0	1	Выполнение практического задания
17.	Тема 3.4. Акробатические упражнения.	1	0	1	Зачет
18.	Раздел 4. Лыжная подготовка.	12	0	5	
19.	Тема 4.1. Прохождение различных дистанций.	4	0	4	Устный опрос
20.	Тема 4.2. Прохождение дистанции с отработкой техники лыжных ходов	1	0	1	Письменный опрос

21.	Тема 4.3. Совершенствование техники лыжных ходов.	4	0	1	Выполнение практического задания
22.	Тема 4.4. Совершенствование техники спусков и подъёмов.	2	0	1	Собеседование
23.	Тема 4.5. Эстафеты на лыжах.	1	0	1	Выполнение практического задания
24.	.Раздел 5. Спортивные игры.	8	1	9	Зачёт
25.	Тема 5.1. Волейбол. Правила игры. Приёмы и передачи в волейболе.	1	1	1	
26.	Тема 5.2. Верхняя и нижняя передача в волейболе	2	0	1	Собеседование
27.	Тема 5.3. Волейбол. Передача, приём.	1	0	1	Выполнение практического задания
28.	Тема 5.4. Волейбол. Учебная игра	2	0	2	
29.	Тема 5.5. Пионербол. Учебная игра	1	0	1	Учебная игра
30.	Тема 5.6. Зачетное занятие по теме волейбол	1	0	1	Итоговое тестирование
31.	Итого	34	2	32	
32.					
33.					

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА

Раздел 1. Техника безопасности при работе с компьютером.

Тема 1.1. Легкая атлетика (1 час).

Теория (ч.):

Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой.

Оборудование: спортивный инвентарь **Практика (-ч.)**

Тема 1.2. Бег по пересечённой местности от 500 до 2 км. Бег с ускорением. (1 час).

Теория (- ч.):

Практика (1ч.)

Тема 1.3. Бег на короткие дистанции на время. Эстафеты 4х100м.

Теория (-ч.):

Практика (1ч.) техника бега на короткие дистанции и эстафетного бега.

Оборудование: эстафетные палочки.

Тема 1.4. Бег - кросс по пересечённой местности 1 - 2 км.

Теория (-ч.)

Практика (1ч.) Тренировка выносливости. Бег на результат

Тема 1.5. Эстафетный бег 4х100м на результат.

Теория (-ч.)

Практика (1ч.) Бег на результат. Оценка техники передачи эстафетной палочки

Раздел 2. Спортивные игры

Тема 2.1. Пионербол. Правила игры. Челночный бег 3х9 м в виде эстафеты. (1 ч)

Теория (1 ч) Объяснение правил игры в пионербол

Практика (1 ч.): Техника челночного бега

Оборудование: эстафетные палочки

Тема 2.2. Упражнения в парах с мячом. (1 ч)

Теория (- ч)

Практика (1 ч): Подводящие упражнения для изучения приемов пионербола

Оборудование: мячи, конусы

Тема 2.3. Зачетное занятие по правилам игры в пионербол

Теория (-ч.)

Практика (1ч.) Применение правил игры в пионербол на практике

Оборудование: волейбольный мяч, сетка.

Тема 2.4. Пас -передачи. Учебная игра 4х4.

Теория (-ч.)

Практика (1ч.) Применение полученных знаний на практике в учебной игре
Оборудование: мяч,волейбольная сетка

Тема 2.5. Пас -передачи. Учебная игра 4х4.

Теория (-ч.)

Практика (1ч.) Применение полученных знаний на практике в учебной игре
Оборудование: мяч,волейбольная сетка

Раздел 3. Гимнастика

Тема 3.1. Круговая тренировка. Упражнения с отягощающими предметами. (1 ч.)

Теория (- ч)

Практика (1 час): Знакомство на практике с понятием круговая тренировка.
Упражнения с набивными мячами.

Оборудование: набивные мячи.

Тема 3.2. ОРУ с предметами. Подвижные игры с элементами гимнастики. (1ч)

Теория (-ч.)

Практика (1 ч.) Гимнастические комбинации.

Оборудование: гимнастические маты.

Тема 3.3. Круговая тренировка. Акробатические упражнения. (1 ч.)

Теория (- ч)

Практика (1 ч). Акробатические упражнения на равновесие, акробатические комбинации. Тренировка на все группы мышц.

Оборудование: гимнастические маты, скакалки,мячи

Тема 3.4. Акробатические упражнения. (1 ч.)

Теория (-ч.)

Практика (1ч.) Выполнение акробатической комбинации на результат.

Оборудование: гимнастические маты.

Раздел 4: Лыжная подготовка

Тема 4.1. Прохождение различных дистанций.. (4 ч)

Практика (4 ч) Прохождение дистанций свободным стилем

Оборудование: лыжи,палки.

Тема 4.2. Прохождение дистанции с отработкой техники лыжных ходов. (1 ч.)

Теория (-ч.)

Практика (3 ч) Показ техники лыжных ходов и отработка практических навыков по дистанции.

Оборудование: Лыжи,палки

Тема 4.3. Совершенствование техники лыжных ходов. (4 ч.)

Теория (- ч.)

Практика (4 ч) Учебная езда по дистанции

Оборудование: Лыжи, палки

Тема 4.4. Совершенствование техники спусков и подъёмов.(2ч.)

Теория (-ч.)

Практика (2ч.) Повторение видов спусков и подъёмов

Тема 4.5. Эстафеты на лыжах.

Теория (-)

Практика (2ч.) Техника бега эстафеты на лыжах.

Раздел 5: Спортивные игры

Тема 5.1. Волейбол. Правила игры. Приёмы и передачи в волейболе.. (1 ч)

Теория (1ч) Правила игры на волейбольной площадке. Судейство.

Практика (1 ч) Способы приема и передачи мяча в волейболе.

Тема 5.2. Верхняя и нижняя передача в волейболе (2 ч.)

Теория (-ч)

Практика (2ч) Техника верхней передачи, техника нижней передачи

Оборудование: Мячи волейбольные

Тема 5.3. Волейбол. Передача, приём.

(1 ч)

Теория (- ч)

Практика (1ч) Совершенствование приема и передачи мяча.

Оборудование: Волейбольные мячи

Тема 5.4. Тема 5.4. Волейбол. Учебная игра. (2 ч)

Теория (-ч)

Практика (2ч) Практическая отработка навыков игры в волейбол

Оборудование: Мячи волейбольные, сетка

Тема 5.5. Пионербол. Учебная игра.(1 ч)

Теория (-ч)

Практика (1ч) Отработка навыков игры в пионербол

Оборудование: Сетка, мячи

Тема 5.6. Зачетное занятие по теме волейбол (1 ч)

Теория (-ч).

Практика (1ч) Повторение ранее изученных техник приема и передачи мяча. Сдача верхней и нижней передачи на результат

Оборудование: обручи, мячи, сетка

Формы аттестации и оценочные материалы

В соответствии с ФГОС ООО итоговая оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы определяется по результатам предварительной, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

Предварительная аттестация

Срок проведения: сентябрь и первое занятие для вновь пришедшего обучающегося в течение учебного года.

Цель: оценка исходного (начального) уровня знаний учащихся перед началом образовательного процесса по программе.

Форма проведения: контрольное задание.

Содержание аттестации:

Выполнение контрольных заданий:

1. Бег 30/60 м.
2. Сгибание – разгибание тела (пресс)
3. Прыжок в длину с места

4. Критерии оценки:

За каждый выполненный норматив ученик получает свой результат, который в последствии сравнивается с таблицей нормативов для данного возраста и определяется уровень физической подготовленности ученика.

Методика определения результата

Уровень воспитанника определяется по нормативам для данной возрастной группы / класса.

На основе полученных результатов определяется уровень физического развития ученика: низкий, средний, высокий

Форма фиксации результата: протокол (Приложение 1).

Текущая, промежуточная и итоговая аттестация

Срок проведения:

текущая аттестация – декабрь,

промежуточная (итоговая) аттестация – апрель-май.

Цель:

Текущая аттестация – это оценка качества усвоения учащимися содержания образовательной программы в середине учебного года.

Промежуточная аттестация – это оценка качества усвоения учащимися содержания образовательной программы в конце учебного года.

Итоговая аттестация – это оценка учащимися уровня достижений, заявленных в образовательной программе по завершении всего образовательного курса программы.

Форма проведения: анализ выполненных за предыдущее полугодие нормативов.

Форма оценки: результат ученика по нормативу и уровень (высокий, средний, низкий).

На основе наблюдений за поведением учащихся на занятиях делается заключение относительно уровня достижения учащимися личностных и метапредметных результатов освоения программы по следующим критериям и показателям.

Критерии	Показатели
Низкий уровень	<ul style="list-style-type: none"> - устойчивая мотивация только в некоторой части занятия; - отсутствие увлеченности в выполнении некоторых заданий; - отказ от выполнения некоторых физических упражнений; - стеснение собственных результатов перед группой;
Средний уровень	<ul style="list-style-type: none"> - положительная мотивация к занятию; - увлеченность при выполнении заданий; - затруднения в процессе выполнении самостоятельных заданий; - отсутствие активности в процессе занятий;
Высокий уровень	<ul style="list-style-type: none"> - устойчивая мотивация к занятиям; - активность и увлеченность при выполнении заданий; - умение результативно работать в процессе урока;

Два раза в год (по результатам первого и второго полугодия) делается «срез» знаний и умений каждого учащегося (мониторинг и рейтинг).

При этом заполняется таблица результативности учебно-воспитательного процесса, в которой оцениваются следующие параметры: теоретическая подготовка, практическая подготовка, учебно-организационные умения и навыки, а также предметные достижения учащегося.

По мониторингу прослеживается динамика формирования личности каждого обучаемого и объединения в целом, динамика изменения спортивных результатов.

Данные мониторинга позволяют так же оценить работу педагога, результативность реализации образовательной программы.

Комплекс организационно – педагогических условий реализации программы

- материально – технические условия

1. Волейбольные мячи – 5 шт.
2. Баскетбольные мячи - 5 шт.
3. Комплект гимнастического инвентаря - 5 шт.

Помещение, где проходят занятия спортивной секции, имеет искусственное и естественное освещение.

Приобщение детей к физической культуре начинается с рассказа о здоровом образе жизни и о вредных привычках.

Литература и электронные ресурсы для педагогических работников:

1. Баранов, Б.Н. Шустин // Культура физическая и здоровье. — 2016.- № 2 (18). – С.89-91
2. Баранцев, С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников / С.А. Баранцев. - М.: Советский спорт, 2020. - 323 с.
3. Баранов, Б.Н. Шустин // Культура физическая и здоровье. — 2016.- № 2 (18). – С.89-91 Грязнова ЕМ. Занимательная информатика// Информатика и образование. – 2006. –№6. – С.77 - 87.
4. Воробьева, Н. Л. Игры и спортивные развлечения в школе и оздоровительном лагере для детей подросткового возраста / Н.Л. Воробьева. - М.: АРКТИ, 2022. - 524 с.
5. Лях, В.И. Координационные способности. Диагностика и развитие / В.И. Лях. - М.: ТВТ Дивизион, 2019. - 231 с.

Литература для обучающихся и родителей

1. Атаев А.К. Родителям о физическом воспитании детей в семье. М.: МГУ, 2013. 320 с..
2. Бальсевич В.К. Физическое воспитание ребенка в семье. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. № 1. С. 50-5
3. Каралашвили Е.А. «Упражнения для учащихся», 2012г.
4. Дубогай А.Д., Мовчан Л.М. Физкультура: мы и дети. К.: Здоровья, 2013. 144 с.
5. Сермеев Б.В. и др. Физическое воспитание в семье. К.: Здоровья, 2012. 296 с.

Электронные образовательные ресурсы:

1. http://www.bibliofond.ru/download_list.aspx?id=14632 Педагогические условия обучения младших школьников элементам игры в баскетбол (Электронный ресурс) (Дата обращения: 04.09.2019)
2. **Электронная библиотечная система** <http://www.iprbookshop.ru> (Электронный ресурс) (Дата обращения: 15.09.2019)
3. http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287 Спортивные праздники - Материалы к праздникам
4. <http://www.fizkult-ura.ru/> (Электронный ресурс) Сайт «ФизкультУра» (Дата обращения 15.09.2022)

Календарный учебный график

№ п/п			Время проведения	Форма занятия	К-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1			14-00 – 14-40	Беседа	1	Инструктаж по технике безопасности. Беседа о здоровом образе жизни и о вредных привычках.	Библиотека	Тест
2			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Бег по пересеченной местности от 500 до 2 км. Бег с ускорением	Площадка у школы	Педагогическое наблюдение
3			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Бег на короткие дистанции на время. Эстафеты 4х 100 м.	Площадка у школы	Педагогическое наблюдение
4			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Бег по пересеченной местности 1-2 км.	Площадка у школы	Тестирование
5			14-00 – 14-40	Соревнования	1	Эстафетный бег 4х 100 на результат.	Площадка у школы	Зачёт
6			14-00 – 14-40	Работа на занятии	1	Пионербол. Правила игры. Челночный бег 3х9 м в виде эстафеты.	Спортивный зал	Устный опрос
7			14-00 – 14-40	Работа на занятии	1	Упражнения в парах с мячом	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение
8			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Зачетное занятие по правилам игры в пионербол	Спортивный зал	Зачет
9			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Пас – передачи. Учебная игра 4х4	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение
10			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Пас- передачи. Учебная игра 4х4	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение
11			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Круговая тренировка. Упражнения с отягощающими предметами.	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение
12			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	ОРУ с предметами. Подвижные игры с элементами гимнастики	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение

13			14-00 – 14-40	Практикум	1	Круговая тренировка. Акробатические упражнения.	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение
14			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Акробатические упражнения	Спортивный зал	Зачет
15			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Прохождение различных дистанций	Учебная лыжня	Педагогическое наблюдение
16			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Прохождение различных дистанций	Учебная лыжня	Педагогическое наблюдение
17			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Прохождение различных дистанций	Учебная лыжня	Педагогическое наблюдение
18			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Прохождение различных дистанций на время	Учебная лыжня	Зачет
19			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Прохождение дистанции с отработкой техники лыжных ходов	Учебная лыжня	Педагогическое наблюдение
20			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Совершенствование техники лыжных ходов	Учебная лыжня	Педагогическое наблюдение
21			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Совершенствование техники лыжных ходов	Учебная лыжня	Педагогическое наблюдение
22			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Совершенствование техники лыжных ходов	Учебная лыжня	Педагогическое наблюдение
23			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Совершенствование техники лыжных ходов	Учебная лыжня	Педагогическое наблюдение
24			14-00 – 14-40	Соревнования	1	Совершенствование техники лыжных ходов	Учебная лыжня	Зачет
25			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Совершенствование техники спусков и подъемов	Учебная лыжня	Педагогическое наблюдение
26			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Совершенствование техники спусков и подъемов	Учебная лыжня	Зачет
27			14-00 – 14-40	Соревнования	1	Эстафеты на лыжах	Учебная лыжня	Педагогическое наблюдение

28			14-00 – 14-40	Теория	1	Волейбол.Правила игры. Приемы и передачи в волейболе	Спортивный зал	Устный опрос
29			14-00 – 14-40	Практическая работа	1	Верхняя и нижняя передача в волейболе	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение
30			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Верхняя и нижняя передача в волейболе	Спортивный зал	Зачет
31			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Волейбол.Передача и прием.	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение
32			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Пионербол.Учебная игра	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение
33			14-00 – 14-40	Соревнования	1	Волейбол.Учебная игра	Спортивный зал	Педагогическое наблюдение
34			14-00 – 14-40	Практическое занятие	1	Зачетное занятие по теме волейбол	Спортивный зал	Тесты

