Утверждаю Директор БСОШ № 1 _____ Марянин Е,А. Приказ № 220-о/д от « 26» 08 2023 г.	Согласовано на Методическом совете школы Протокол № 1 от «25 »08 2023г. Руководитель МС _____ /Вазюкова И.Е./	Рассмотрено на заседании кафедры спортивно - оздоровительного и эстетического образования Протокол № 1 от « 25» 08 2023г. Соответствует ФГОС НОО по Физической культуре Руводитель кафедры: _____ /Баландина И.Ф./

МБОУ «Болгарская средняя общеобразовательная школа №1
с углубленным изучением отдельных предметов
Спасского муниципального района РТ»

РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

Курс «Спортивные игры»
для обучающихся 2-4 классов

по предмету «физическая культура»

начальное общее образование
(уровень образования)
2-4классы
(классы, углубленный уровень при наличии)

Год разработки: 2023

Срок реализации программы : 1год

Составлено на основе: Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования Федеральной программы начального общего образования

Программу составил (а) : : Вихлянская Валентина Юрьевна
Учитель первой квалификационной категории

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 2A7A99DC42A286A41D3A73015AE7D91E
Владелец: Марянин Евгений Александрович
Действителен: с 03.11.2022 до 27.01.2024

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Спортивные игры» для обучающихся 2-4 классов составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-Ф3 (в ред. от 01.07.2020г.)
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый Приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования”
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 6 октября 2009 г. N 373 (26 ноября 2010 г., 22 сентября 2011 г., 18 декабря 2012 г., 29 декабря 2014 г., 18 мая, 31 декабря 2015 г.)
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утверждённых постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утверждённых постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;

Рабочая программа включает в себя планируемые результаты обучения, содержание и тематическое планирование.

Программа курса соответствует современным принципам обучения: доступности, преемственности, индивидуальности, результативности.

Программа «Спортивные игры» имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Спортивные игры, далее по тексту так же подвижные игры – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. В играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе. Спортивные (подвижные) игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Подвижные игры способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости, активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные
(спортивные) игры имеют занимательный характер, тем самым

настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

По содержанию все подвижные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Игры предшествуют трудовой деятельности ребёнка. Он начинает играть до того, как научиться выполнять хотя бы простейшие трудовые процессы.

Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей. Благодаря этому большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

Подвижные игры являются лучшим средством активного отдыха после напряжённой умственной работы. Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх обучающиеся упражняются в ходьбе, прыжках, метании и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Ценность подвижных игр в том, что приобретённые умения, качества, навыки повторяются и совершенствуются в быстро изменяющихся условиях.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Данная программа представляет собой вариант программы организации внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности учащихся начального общего образования «Мир спортивных игр» по физической культуре в 2-4 классах составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта нового поколения, Программы Министерства образования РФ: Начальное общее образование, авторской программы В. И. Лях, А.А. Зданевич, «Физическая культура» издательство «Просвещение», Москва – 2010 г, утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Рабочая программа опирается на УМК: В.И. Лях, А.А. Зданевич «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (М.: Просвещение, 2010г)

2. В.И.Лях «Физическая культура. 1-4 класс»: учеб. для общеобразовательных учреждений (М.: Просвещение 2009г).

3 В.И.Лях «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников 1-4 класс: Пособие для учителей (М.: Просвещение).

Содержание учебного предмета

Материал программы предполагает изучение основ четырёх спортивных игр: баскетбола, волейбола, гандбола и футбола и подвижных игр. Даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

При организации занятий следует строго соблюдать правила безопасности на занятиях по физической культуре и спорту и постоянно заострять внимание учащихся на их осознанной необходимости их соблюдения.

2 класс

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.

Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Бег с высокого старта на 30, 40 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 3х15 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, с высоты до 50 см, в длину с места и в высоту с разбега, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель.метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Лазание по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты.стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

Баскетбол

1.*Основы знаний.* Товарищ и друг. В чём сила командной игры. Физические упражнения – путь к здоровью, работоспособности и долголетию.

2. *Специальная подготовка.* Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Ведение мяча правой и левой рукой по прямой,

по дуге, с остановками по сигналу. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, после ведения и остановки.

Подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения и остановки.

Волейбол

1.*Основы знаний.* Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми. Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья.

2. *Специальная подготовка.* Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища.

Подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Футбол

1.*Основы знаний.* Утренняя физическая зарядка. Предматчевая разминка. Что запрещено при игре в футбол.

2. *Специальная подготовка.* Остановка катящегося мяча. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек. Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд».

3 класс

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, 50 метров. Бег с высокого старта на 30, 40, 50 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 6х10 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого мяча на дальность и в цель.метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями.

Баскетбол

1.*Основы знаний.* Антропометрические измерения. Питание и его значение для роста и развития. Что общего в спортивных играх и какие между ними различия? Закаливание организма.

2. *Специальная подготовка.* Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка в два шага и прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и со сменой мест, в движении. Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, бросок одной рукой после ведения.

Подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка мяча», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения.

Волейбол

1.*Основы знаний.* Основные правила игры в волейбол. Самоконтроль и его основные приёмы. Мышечная система человека. Понятие о здоровом образе жизни. Режим дня и здоровый образ жизни. Утренняя физическая зарядка.

2. *Специальная подготовка.* Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх. Нижняя прямая подача. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Футбол

1.*Основы знаний.* Различие между футболом и мини-футболом (футзалом). Физическая нагрузка и её влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма зимой.

2. *Специальная подготовка.* Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) и вертикальную (полоса шириной 2 метра, длиной 5-6 метров) мишень. Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов. Подвижные игры: «Передал – садись», «Передай мяч головой».

4класс

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, 50 метров. Бег с высокого старта на 30, 40, 50 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 6х10 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого мяча на дальность и в цель.метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Силовые

упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями.

Баскетбол

1.*Основы знаний.* Антропометрические измерения. Питание и его значение для роста и развития. Что общего в спортивных играх и какие между ними различия? Закаливание организма.

2. *Специальная подготовка.* Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка в два шага и прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и со сменой мест, в движении. Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, бросок одной рукой после ведения.

Подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка мяча», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения.

Волейбол

1.*Основы знаний.* Основные правила игры в волейбол. Самоконтроль и его основные приёмы. Мышечная система человека. Понятие о здоровом образе жизни. Режим дня и здоровый образ жизни. Утренняя физическая зарядка.

2. *Специальная подготовка.* Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх. Нижняя прямая подача. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

.

Футбол

1.*Основы знаний.* Различие между футболом и мини-футболом (футзалом). Физическая нагрузка и её влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма зимой.

2. *Специальная подготовка.* Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) и вертикальную (полоса шириной 2 метра, длиной 5-6 метров) мишень. Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов. Подвижные игры: «Передал – садись», «Передай мяч головой».

Планируемые результаты

Программа курса «Спортивные игры» направлена на достижение планируемых результатов ООП:

Личностные результаты

• формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

• формирование уважительного отношения к культуре других народов;

• развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;

• развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

• развитие 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.

Метапредметные результаты

• формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

• определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

• готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

• овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

• овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

• формирование первоначальных 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 учёбы и социализации;

* овладение умениями организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, 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 (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

В ходе реализация программы курса «Спортивные игры» учащиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

- правила оказания первой помощи;

- способы сохранения и укрепление здоровья;

- свои права и права других людей;

- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

- заботиться о своем здоровье;

- применять коммуникативные и презентационные навыки;

- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;

- находить выход из стрессовых ситуаций;

- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

- отвечать за свои поступки;

- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализация программы курса «Спортивные игры» учащиеся **смогут получить знания**:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;

- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;

- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;

- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;

- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;

- жесты судьи спортивных игр;

- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;

- выполнять технические приёмы и тактические действия;

- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;

- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;

- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;

- проводить судейство спортивных игр.

Тематическое планирование

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	ОФП	В течении занятий		В течении занятий	
2	Футбол	10		10	
3	Баскетбол	12		12	
4	Волейбол	12		12	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

Тематическое планирование

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	ОФП	В течении занятий		В течении занятий	
2	Футбол	10		10	
3	Баскетбол	12		12	
4	Волейбол	12		12	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

Тематическое планирование

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	ОФП	В течении занятий		В течении занятий	
2	Футбол	10		10	
3	Баскетбол	12		12	
4	Волейбол	12		12	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	ОРУ с мячом. Техника передвижений игрока без мяча: бег, прыжки, остановка, повороты, рывки. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней частью стопы.	1		
2	ОРУ с мячом. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней частью стопы. Остановка мяча внутренней стороной стопы.	1		
3	ОРУ с мячом. Удар по воротам внутренней частью стопы. Техника игры вратаря: ловля катящегося мяча и отбивание летящего руками. Двухсторонняя игра.	1		
4	ОРУ с мячом. Удар по воротам внутренней частью стопы. Техника игры вратаря: ловля катящегося мяча и отбивание летящего руками. Двухсторонняя игра	1		
5	ОРУ с мячом. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней частью стопы. Остановка мяча внутренней стороной стопы.	1		

6	ОРУ с мячом. Ведение мяча ведение мяча носком стопы по прямой. Отбор выбиванием мяча ногой. Игровые задания 1:1, 2:1.	**1**		
7	ОРУ с мячом. Ведение мяча ведение мяча носком стопы по прямой. Отбор выбиванием мяча ногой. Игровые задания 1:1, 2:1.	**1**		
8	Удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой. Двухсторонняя игра.	**1**		
9	Игра по упрощённым правилам в мини футбол	**1**		
10	Игра по упрощённым правилам в мини футбол	**1**		
11	Подвижные игры на основе баскетбола. Бросок мяча снизу на месте.			
12	Правила игры в баскетбол. Ловля мяча на месте.	**1**		
13	Передачи на расстояние, ловля, ведение, броски	**1**		
14	Эстафеты с мячами	**1**		
15	Передачи мяча.	**1**		
16	Бросок мяча.	**1**		
17	Передвижения в стойке баскетболиста	**1**		
18	Бросок мяча снизу на месте в щит.	**1**		
19	Держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски.	**1**		
20	Эстафеты с мячами.	**1**		
21	Ведение мяча на месте.Ловля в движении Эстафета с ведением и броском мяча в корзину.	**1**		

22	Ловля и передача мяча в парах, тройках.	**1**		
23	Техника безопасности. Разме-ры площади. Основные пра-вила игры в волейбол	**1**		
24	Техника перемещений и передача мяча	**1**		
25	Техника приема и передачи мяча	**1**		
26	Техника приема мяча снизу	**1**		
27	Техника передачи мяча в парах	**1**		
28	Техника передачи мяча в парах	**1**		
29	Техника приема мяча в парах	**1**		
30	Техника выполнения подачи и нападающего удара Игра в Пионербол	**1**		
31	Правила игры волейбол Игра в Пионербол	**1**		
32	Игра в Пионербол	**1**		
33	Игра в Пионербол	**1**		
34	Игра в Пионербол	**1**		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
3 КЛАСС

№ п/п	**Тема урока**	**Количество часов**	**Дата изучения**	**Электронные цифровые образовательные ресурсы**
1	ОРУ с мячом. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней частью подъёма. Остановка мяча внутренней стороной	**1**		

	стопы и подошвой.			
2	ОРУ с мячом. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней частью подъёма. Остановка мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	**1**		
3	ОРУ с мячом. Удар по воротам внутренней частью подъёма. Техника игры вратаря: ловля и отбивание летящего мяча руками. Игровые задания 2:1, 3:2.	**1**		
4	ОРУ с мячом. Удар по воротам внутренней частью подъёма. Техника игры вратаря: ловля и отбивание летящего мяча руками. Игровые задания 2:1, 3:2.	**1**		
5	ОРУ с мячом. Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой, змейкой. Отбор мяча перехватом. Игровые задания 2:1, 3:2	**1**		
6	ОРУ с мячом. Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой, змейкой. Отбор мяча перехватом. Двухсторонняя игра.	**1**		
7	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Позиционное нападение без смены позиций игроков	**1**		
8	ОРУ без предметов на	**1**		

	месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Позиционное нападение без смены позиций игроков			
9	Игра по упрощенным правилам	**1**		
10	Игра по упрощенным правилам	**1**		
11	Стока игрока.Перемещения в защитной стойке	**1**		
12	Бег приставным шагом. Скоростные рывки	**1**		
13	Остановки.	**1**		
14	Прыжки, повороты.	**1**		
15	Сочетание способов передвижений	**1**		
16	Техника поворотов в движении	**1**		
17	Техника ловли мяча	**1**		
18	Передача мяча двумя руками.	**1**		
19	Передача мяча одной рукой от плеча	**1**		
20	Передача мяча двумя рукой с отскоком от пола			
21	Техника передач на месте и в движении Игра в мини-баскетбол	**1**		
22	Техника передач мяча двумя руками сверху Игра в мини- баскетбол			
23	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ на уроках по волейболу. Правила игры и история развития волейбола	**1**		
24	Физическая подготовка. Стартовые стойки. Обучение перемещениям волейболиста	**1**		

25	Стойка волейболиста. Перемещения, повороты и остановки в стойке. Подвижная игра.	**1**		
26	Специально- прыжковые упражнения. Упражнения с набивными мячами. Подвижная игра.	**1**		
27	Броски мяча на точность. Нижняя прямая подача. Подвижная игра	**1**		
28	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Режим дня школьника. Подвижная игра.	**1**		
29	Обучение передачи мяча снизу двумя руками. Нижняя прямая подача.	**1**		
30	Передача мяча на точность в парах. Эстафеты с мячами и без него.	**1**		
31	Броски мяча в движении. Нижняя прямая подача. Подвижная игра.	**1**		
32	Передача мяча снизу двумя руками. Обучение передачи мяча сверху двумя руками. Игра по упрощенным правилам	**1**		
33	История развития волейбола. Влияние физической нагрузки на организм учащегося. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.	**1**		
34	Передача мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.	**1**		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	ОРУ с мячом. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внешней частью подъёма, носком. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы и грудью.	**1**		
2	ОРУ с мячом. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внешней частью подъёма, носком. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы и грудью.	**1**		
3	ОРУ с мячом. Удар по воротам внешней частью подъёма, носком. Техника игры вратаря: ловля и отбивание летящего мяча руками, катящегося мяча ногой. Игровые задания 2:1, 3:2.	**1**		
4	ОРУ с мячом. Удар по воротам внешней частью подъёма, носком. Техника игры вратаря: ловля и отбивание летящего мяча руками, катящегося мяча ногой. Игровые задания 2:1, 3:2.	**1**		
5	ОРУ с мячом. Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы с изменением направления движения, скорости движения. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Игровые задания 2:1, 3:2.	**1**		

6	ОРУ с мячом. Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы с изменением направления движения, скорости движения. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Двухсторонняя игра.	**1**		
7	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Позиционное нападение со сменой позиций игроков	**1**		
8	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Позиционное нападение со сменой позиций игроков	**1**		
9	Игра по правилам мини-футбола.	**1**		
10	Игра по правилам мини-футбола.	**1**		
11	Техника передачи и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание	**1**		
12	Техника выбивания мяча	**1**		
13	Передача мяча из-за спины	**1**		
14	Выбивание мяча при передаче.	**1**		
15	Передача одной рукой с поворотом	**1**		
16	Передача в движении в парах	**1**		
17	Передачи в тройках в движении	**1**		
18	Закрепление техники борьбы за мяч, отскочившего от щита	**1**		
19	Техника передач в движении, нападение через центрового игрока Двусторонняя игра	**1**		
20	Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком. Двусторонняя игра	**1**		
21	Закрепление техники передач	**1**		

	после ведения мяча. Разучивание нападения «тройкой» Двусторонняя игра			
22	Ведение мяча с обводкой препятствий.Двусторонняя игра	**1**		
23	Передача мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	**1**		
24	Передача мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	**1**		
25	Обучение технике нижней боковой подаче. Специально-прыжковые упражнения. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	**1**		
26	Обучение технике нижней боковой подаче. Специально-прыжковые упражнения. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	**1**		
27	Передача мяча сверху двумя руками. Нижняя боковая подача. Игра по упрощенным правилам пионербол	**1**		
28	Передача мяча сверху двумя руками. Нижняя боковая подача. Игра по упрощенным правилам пионербол	**1**		
29	Сдача контрольных испытании по специальной подготовке. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	**1**		
30	Прием мяча снизу двумя руками. Физическая подготовка. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола	**1**		
31	Физическая подготовка. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.	**1**		

32	Физическая подготовка. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.	**1**		
33	Специально-прыжковые упражнения. Передача мяча сверху и снизу двумя руками Игра по упрощенным правилам пионербол	**1**		
34	Специально-прыжковые упражнения. Передача мяча сверху и снизу двумя руками Игра по упрощенным правилам пионербол	**1**		

Методическое обеспечение программы

- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений» под редакцией В.И. Ляха, А.А Зданевича Москва «Просвещение» 2009г., допущенной Министерством образования и наук Р.Ф.
- Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразовательных у учреждений В.И. Лях. – 14-е изд. – М.: Просвещение, 2013г.-190с.
- Волейбол в школе. Железняк Ю.Д.,Слупский Л.Н. Москва «Просвещение»,1989г.
- Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976
- Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).
- Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.