

Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
"Среднеахтубинская школа – интернат»"

ПРИНЯТА  
на заседании педагогического совета  
от 28.08 2024 Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО  
приказом ГКОУ «Среднеахтубинская  
школа – интернат»  
от 29.08 2024 № 103



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивную направленность.

## «Пионербол»

Возраст обучающихся – 12-15 лет  
Срок реализации – 1 год

Автор-составитель:  
Дулина С.А., педагог  
дополнительного образования

р.п. Средняя Ахтуба  
2024г.

## **КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

Дополнительная общеразвивающая программа «Пионербол» является программой физкультурно-спортивной направленности и предназначена для организации занятий по пионерболу в системе дополнительного образования.

Для детей специальных коррекционных школ высокая двигательная активность является естественной потребностью. Она заложена наследственной программой индивидуального развития ребенка и обуславливает необходимость постоянного подкрепления расширяющихся функциональных возможностей органов и структур организма детей. Если эти органы и структуры не проявляют постоянной активности, то процессы их развития тормозятся и как следствие этого возникают разнообразные функциональные и морфологические нарушения.

**Актуальность программы** заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

Приоритетным направлением программы является коррекция физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, реабилитацию двигательных функций организма, учит детей концентрации внимания и умению работать в команде.

### **Отличительные особенности:**

Данная программа разработана специально для воспитанников специальной коррекционной школы-интерната для детей с ОВЗ с учетом их психических, психологических особенностей развития.

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп по пионерболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков. В процессе освоения материала у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом. Умственная нагрузка компенсируется у них физической нагрузкой. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют.

**Новизна программы** заключается в том, что она предназначена для учащихся, с разноуровневой физической подготовленностью и не предполагает специального отбора, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

### **Значимость:**

Адаптивный спорт имеет социальную значимость в отвлечении учащихся от своих болезней и проблем в процессе тренировочной и соревновательной деятельности, не только оказывает благотворное оздоровительное воздействие на детей с ограниченными возможностями, но и играет значительную роль в подготовке к дальнейшей самостоятельной жизни и труду.

**Полезность:** укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию; выработка устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды; - овладение школой движений;

- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта.

### **Адресат программы.**

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно спортивной направленности кружка «Пионербол» » рассчитана для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ «Среднеахтубинская школа-интернат в

возрасте от 12-15 лет, не имеющих медицинских противопоказаний и специальной подготовки в данной предметной области, но обладающие необходимыми способностями и проявившие личное желание. Зачисление обучающегося в объединение производится с согласия родителей (законных представителей). Перевод на следующий год обучения осуществляет педагог после успешного освоения программы текущего года обучения.

**Объем программы:**

общее количество учебных часов –34 академических часа в год.

**Этапы:**

первый этап - включает в себя развитие основных физических качеств и овладение базовыми основами техники избранного вида спорта;  
второй этап - дальнейшее развитие базовых основ техники и основных физических качеств и двигательных навыков;

**Форма обучения:** очная.

Занятия проводятся в спортивном зале образовательной организации, соответствующем действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий.

Формы проведения занятий:

- беседа
- наблюдение
- практическое занятие
- участие в соревнованиях различного уровня.

**Формы организации деятельности обучающихся:**

- фронтальная (фронтальная работа предусматривает подачу программного материала всей группе учеников);
- индивидуальная(индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу);
- групповая (в ходе групповой работы обучающимся, предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе деятельности).

**Методы обучения**, в основе которых лежит способ организации занятия:

- объяснительно-иллюстративный (используется при объяснении нового материала);
- репродуктивный (воспроизведение полученной информации);
- соревновательный (использование упражнений в соревновательной форме);
- игровой (использование упражнений в игровой форме);
- метод упражнений (многократные повторения движений).
- метод строго регламентированного упражнения (разучивание по частям, в целом).

**Срок освоения программы** 1 учебный год, 34 учебные недели.

**Объем нагрузки в неделю:** 1 час в неделю

**Продолжительность занятия:** 45 минут

**Цель** – обучение техническим и тактическим приемам игры в пионербол с дальнейшим применением их в игровой деятельности.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- сформировать знания, умения и навыки в области данного вида спорта;
- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям
- обучить простейшим способам контроля за физической нагрузкой, показателями физической подготовленности;
- развивать чувство ритма, темпа, координации движений, ориентировки в пространстве.

**Развивающие**

- повышать техническую и тактическую подготовленность в данном виде спорта;
- развивать основные физические качества: силу, быстроту, выносливость, координацию и гибкость;
- расширять функциональные возможности организма.

**Воспитательные**

- воспитать организованность, самостоятельность, активность в процессе двигательной деятельности;
- воспитать нравственные и волевые качества личности учащихся;
- воспитать привычку к самостоятельным занятиям.

**Оздоровительные**

- укрепить физическое и психологическое здоровье.
- дозировать физическую нагрузку с учётом состояния здоровья и функциональными возможностями организма.
- повысить устойчивость организма к различным заболеваниям.

**Основной принцип тренировочной работы** – всесторонняя подготовка обучающихся, а также знакомство с элементами легкоатлетической специализации.

Теоретические сведения закрепляются в процессе практических занятий.

Тренировка строится традиционно: разминка в виде ходьбы и медленного бега, гимнастические упражнения на растягивание мышечного аппарата, техника игры, подвижные игры. Физическая нагрузка во время тренировки регулируется:

- изменением количества упражнений и тренировочных заданий,
- количеством повторений,
- уменьшением или увеличением времени на выполнение задания,
- увеличением или уменьшением темпа исполнения и амплитуды движений,
- усложнением или упрощением выполнения упражнений,
- использованием тренажеров и тренировочных устройств.

**Основными показателями выполнения программных требований** являются:

- выполнение контрольных нормативов;
- овладение теоретическими знаниями;
- знание и выполнение правил игры, специальных упражнений;
- способность применять основные приёмы самоконтроля;
- знание правил поведения в спортивном зале и на спортивной площадке;
- знание основ истории развития игры «Пионербол»

Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

**Формы контроля**

Учащиеся выполняют контрольные нормативы, которые проводятся 2 раза в год (декабрь, май). Система диагностики – тестирование

**Способы определения результативности:** школьные соревнования, эстафеты, тестирования и контрольные старты.

**Форма подведения итогов:** контрольные упражнения, участие в соревнованиях по пионерболу на школьном и областном уровне.

## Учебный план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего о часов	Из них	
			теория	практика
1	<b>Основы знаний</b>	<b>2</b>		
1.1	Понятие о технике и тактики игры	1	1	
1.2	Правила игры в пионербол	1	1	
2.	<b>Специальная физическая подготовка</b>	<b>6</b>		6
3.	<b>Технические и тактические приемы</b>	<b>26</b>		
3.1	Поддачи мяча	5	1	4
3.2	Передачи	5	1	4
3.3	Нападающий бросок	3	1	2
3.4	Блокирование	3	1	2
3.5	Комбинированные упражнения	6	-	6
3.6	Учебно-тренировочные игры	3	-	3
3.7	Судейство игр	1	1	1
4.	<b>Общая физическая подготовка</b>		В процессе урока	
4.1	Контрольные нормативы		-	2
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>7</b>	<b>27</b>

## Содержания программного материала

### 1. Введение.

#### Теоретическая часть:

Техника безопасности. Правила игры в пионербол. Особенности игры.

### 2. Общая физическая подготовка

#### Теоретическая часть:

Влияние общих упражнений на организм занимающихся

#### Практическая часть:

Проведение общеразвивающих упражнений. Проведение специальных подводящих упражнений.

### 3. Специальная физическая подготовка

#### Теоретическая часть:

- понятие о технике и тактике игры, предупреждение травматизма.

- основные положения правил игры в пионербол. Нарушения, жесты судей, правила соревнований

#### Практическая часть:

##### 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 навыков быстроты ответных действий.** По сигналу бег на 5, 10, 15 м из исходного положения: сидя, лежа на спине, на животе. Перемещения 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, необходимых при выполнении подачи мяча.** Круговые вращения руками в плечевых суставах с большой амплитудой и максимальной быстротой. Броски из-за головы с максимальным прогибанием. Броски мяча через сетку на точность зоны.

**Упражнения для развития качеств при приеме и передачи 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 мяча, волейбольного на дальность в парах, над собой, в стенку.

**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.

### 4. Техничко-тактические приемы.

#### Теоретическая часть:

- теория техники и тактики игры

#### Практическая часть:

##### 1. Подача мяча:

- техника выполнения подачи; прием мяча;

- подача мяча по зонам, управление подачей.

##### 2. Передачи:

- передачи внутри команды; передачи через сетку;

- передачи с места и после 2-х шагов в прыжке.

##### 3. Нападающий бросок:

- техника выполнения нападающего броска;

- нападающие броски с разных зон.

#### **4. Блокирование:**

- ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока;

#### **5. Комбинированные упражнения:**

- подача – прием; подача – прием – передача;
- передача – нападающий бросок; нападающий бросок – блок.

#### **6. Учебно-тренировочные игры:**

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

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

#### **5. Контрольно-проверочные мероприятия**

##### **Теоретическая часть:**

Знания о физической культуре:

- правила безопасности и гигиенические требования на занятиях по пионерболу.

##### **Практическая часть:**

- сдача нормативов по пионерболу.

## **Ожидаемые результаты освоения программы**

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Пионербол» обеспечивает достижение обучающимися следующих личностных результатов.

### **Личностные результаты:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

### **По итогам обучения учащиеся должны знать:**

- правила безопасного поведения во время игр с мячом;
- понятия «Техника игры», «Тактика игры»,
- основные приемы игры в пионербол;
- простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия;
- технику выполнения упражнений;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами пионербола
- правила игры

### **По итогам обучения учащиеся должны уметь:**

- выполнять основные приемы техники, тактики игры;
- оказывать помощь, страховку при выполнении упражнений;
- судить и организовать соревнование по пионерболу;
- контролировать свое самочувствие во время занятий;
- применять полученные знания в игре;

### **У учащихся будут развиты (сформированы):**

- навыки (компетенции) в области физической культуры;
- физические качества личности
- навыки работы в группе, культура общения.



# КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

## Условия реализации программы

### **Материально-техническое обеспечение**

Основной учебной базой для проведения занятий являются спортивная площадка и спортивный зал.

#### Спортивный инвентарь:

- Волейбольная сетка.
- Мячи волейбольные.
- Мячи набивные.
- Мячи баскетбольные.
- Скакалки.

#### Спортивные снаряды:

- гимнастические скамейки;
- гимнастическая стенка;
- перекладины для подтягивания ;
- набивные мячи.

### **Дидактический материал:**

- учебно-наглядные пособия
- видеоматериалы по спортивным играм
- тематическая литература

### **Наименование технических средств обучения:**

- компьютер для показа презентаций
- видео ролики в сети интернет,
- флешка с видео файлами упражнений

### **Наименование учебно-методических материалов:**

Интернет ресурсы.

Подборка видео материалов для проведения занятий.

Терминологический словарь, тренировочные задания

Информационно-методический ресурс:

Учебно-методическая литература, электронные образовательные ресурсы.

## Формы аттестации

Система оценки результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности кружка «Пионербол» состоит из следующих видов контроля:

- текущий контроль, состоящий в оценке качества освоения разделов и тем программы;
- итоговый контроль, состоящий в оценке качества освоения содержания программы в целом.

**Текущий контроль** осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития физических и личностных качеств обучающихся. Формой текущего контроля являются беседы и наблюдения; в форме практических упражнений. С помощью текущего контроля определяются сильные и слабые стороны в тренировочном процессе. Он используется для оценки эффективности средств и методов тренировки.

**Итоговый контроль** проводится в конце обучения по программе. Формой итогового контроля являются контрольные испытания по общей и специальной физической и технической подготовке. Все они наиболее полно характеризуют развитие основных физических качеств. Основным показателем работы – участие в соревнованиях различного уровня.

### **Список литературы.**

1. «Комплексная программа Физического воспитания учащихся 1-11 классов» «Просвещение» М.: 2011г.
2. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов /Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение, 2011г.
3. Пионербол - игра для всех возрастов: Методика обучения / Симонова О.В. // Спорт в школе. - 2000. - N 41-42. . - С. 5,17.
- 4.В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий физическая культура «Упражнения и игры с мячами» М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002г.
- 5.В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий физическая культура «Физкультурно-оздоровительная работа в школе»: Методическое пособие, - М. Изд-во НЦ ЭНАС 2003г.

### **Интернет-ресурсы:**

- 1.<http://www.drofa.ru/>
- 2.<http://www.cvartplus.ru/>
- 3.<http://www.uchitel-izd.ru/>
- 4.<http://fizkultura-na5.ru/>
- 5.<http://www.fizkult-ura.ru/>

**Календарный учебный график**  
**по дополнительной общеобразовательной программе «Пионербол»**  
**на 2024-2025 учебный год**  
**I полугодие**

№ п/п	Число месяц	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	05.09.24	14.05-14.45	Беседа	1	Вводное занятие, ознакомление с программой курса. Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока. Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход. ОРУ. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств.	Спортивный зал	Запись в журнале по ТБ. Стартовая диагностика.
2.	12.09.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Подача мяча. Прием мяча после подачи. Специальные беговые упражнения с ловлей мяча. ОРУ. Развитие двигательных качеств. Игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
3.	19.09.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Подача мяча. Передачи мяча в парах. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
4.	26.09.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Подача мяча. Передача мяча в парах на месте, в движении. Специальные физические упражнения с набивным мячом. ОРУ. Развитие двигательных качеств. Игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
5.	03.10.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Развитие двигательных качеств. Игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
6.	10.10.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления. Специальные физические упражнения с набивным мячом в парах. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
7.	17.10.24	14.05-14.45	практическое	1	Действия игрока после приема мяча. Упражнения	Спортивная	Беседа

			занятие		на координацию. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Развитие двигательных качеств. Игра в пионербол.	площадка	наблюдение
8.	24.10.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Подача мяча. Прием мяча после подачи. Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол с баскетбольным мячом.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
9.	07.11.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Броски мяча через сетку на точность зоны. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи мяча. Броски из-за головы с максимальным прогибанием.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
10.	14.11.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Подача в стенку, через сетку с расстояния 6-9 м., подача через сетку из-за лицевой линии. Подача мяча из зоны 1 в зоны 4,5,6. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые вращения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
11.	21.11.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол с баскетбольным мячом.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
12.	28.11.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
13.	05.12.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Блокирование. ОРУ. Обучение нападающему броску. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
14.	12.12.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. Передачи мяча в парах. Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол с набивным мячом.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение

15.	19.12.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Нападающий бросок с первой линии. Передачи мяча в парах. Блокирование. ОРУ. Беговые упражнения. Развитие двигательных качеств.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
16.	26.12.24	14.05-14.45	практическое занятие	1	Нападающий бросок со второй линии. Подача мяча. Передачи мяча в парах. Блокирование. ОРУ. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол с баскетбольным мячом.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
<b>II полугодие</b>							
1.	16.01.25	14.05-14.45	Беседа практическое занятие	1	Инструктаж по ТБ. Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Блокирование. ОРУ. Тренировочная игра в пионербол с баскетбольным мячом.	Спортивная площадка	Запись в журнале по ТБ.
2.	23.01.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. Контроль приема мяча после подачи.	Спортивная площадка	наблюдение
3.	30.01.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Приём подачи, передача к сетке. Взаимодействие игроков. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
4.	06.02.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Обучение приему мяча от сетки. Контроль техники нападающего броска со второй линии. Одиночный и двойной блок. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол	Спортивный зал	Беседа наблюдение
5.	13.02.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Упражнения с набивным мячом. Формирование навыков командных действий. Обучение приему мяча от сетки. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивный зал	Беседа наблюдение
6.	20.02.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Формирование навыков командных действий. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. ОРУ. Развитие двигательных качеств.	Спортивный зал	Беседа наблюдение

					Тренировочная игра в пионербол		
7.	27.02.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Контроль выполнения подачи мяча по зонам. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. ОРУ. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивный зал	Беседа наблюдение
8.	06.02.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
9.	13.03.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Закрепление блокирования нападающего броска. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. ОРУ. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
10.	20.03.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Игра с индивидуальными заданиями. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. ОРУ. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
11.	03.04.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. ОРУ. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
12.	10.04.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Контроль техники нападающего броска с первой линии. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
13.	17.04.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
14.	24.04.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Закрепление командных тактических действий в игре. Передачи мяча в парах. ОРУ. Развитие	Спортивная площадка	Беседа наблюдение

					двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол с баскетбольным мячом.		
15.	08.05.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
16.	15.05.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Учебная игра с самостоятельным судейством. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
17.	22.05.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол. Силовые упражнения.	Спортивная площадка	Беседа наблюдение
18.	29.05.25	14.05-14.45	практическое занятие	1	Учебная игра по правилам соревнований. Закрепление командных тактических действий в игре. Подача мяча. Прием мяча после подачи. Передачи мяча в парах. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие двигательных качеств. Тренировочная игра в пионербол.	Спортивная площадка	наблюдение