

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Авдинская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено:
на заседании МС
протокол № 5
от «31» мая 2021 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ПИОНЕРБОЛ

НАПРАВЛЕННОСТЬ: ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ

УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ: БАЗОВЫЙ

ВОЗРАСТ ОБУЧАЮЩИХСЯ: 8-11 ЛЕТ

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ: 1 ГОД

Составил:

Чернов Владимир Михайлович

учитель

п. Авда
2022 г.

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ.

1.1. Пояснительная записка.

В настоящее время из-за большой учебной нагрузки, увлечениями компьютерными играми, малоподвижном образе жизни существует проблема недостатка двигательной активности у школьников. Занятия в секциях, спортивных кружках помогают частично решить эту проблему. Спортивная деятельность способствует всестороннему развитию личности ребенка, она направлена на совершенствование интеллектуального, духовного, психического и физического развития ребенка. В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Направленность программы: спортивно-оздоровительная

Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование технических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в пионерболе. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ для мониторинга текущих результатов, тестирования для перехода на следующий этап обучения, поиска информации в Интернет, просмотра учебных программ, видеоматериала и т. д.

Актуальность данной программы дополнительного образования заключается в том, что курс обучения игре в пионербол и технические приемы, которые в ней задействуются, содержат в себе большие возможности не только для формирования двигательных навыков у детей и развития их физических способностей, но также служат примером нравственного воспитания учащихся. Игра в пионербол также развивает у школьников стремление к познанию, вырабатывает волю и характер, формирует чувство коллективизма и способствует становлению личности. В рамках этой программы осуществляется проведение системного отбора учащихся, имеющих задатки и способности к дальнейшей спортивной ориентации и профессиональной деятельности в области пионербола.

Отличительные особенности программы Отличительная особенность программы заключается в изменении подхода к обучению детей, а именно - внедрению в образовательный процесс теоретической и практической деятельности, а также формирование и развитие навыков. Реализация программы позволит сформировать современную физкультурно-спортивную образовательную среду, позволяющую эффективно реализовывать теоретическую и практическую деятельности детей.

Адресат программы: обучающиеся 8-11 лет (смешанная группа из мальчиков и девочек)

Срок реализации программы:

Программа изучается в течение 9 месяцев с сентября по май.

Год обучения: первый.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 1,5 часа. Всего 108 часов. 36 недель.

Количество обучающихся в группе 10-15 человек.

Состав группы - постоянный.

Особенности набора детей – в объединение принимаются все желающие без вступительных испытаний.

Особенности формирование группы. Группа смешанного состава, разновозрастная - это обусловлено спецификой работы кружка. Старшие дети помогают младшим в процессе обучения помощь в закреплении нового учебного материала.

Уровень реализации данной программы - базовый.

Ожидаемые результаты:

К концу обучения по данной программе учащиеся должны

знать:

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- правила игры в волейбол;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;

уметь:

- проводить специальную разминку для волейболиста
- владеют основами техники волейбола;

- овладеют основами судейства в волейболе;
- вести счет;

Разовьют следующие качества:

- улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

1.2 Цель и задачи программы.

Цель программы - изучение спортивной игры “Пионербол”.

Задачи:

- **Образовательные:**

- - обучить техническим приёмам и правилам игры;
- - обучить тактическим действиям;
- - обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- - обучить овладение навыками регулирования психического состояния.

- **Развивающие:**

- - развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- - развивать совершенствование навыков и умений игры;
- - развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма.

- **Воспитательные:**

- - воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- - воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- - воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- - воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

1.3 Содержание программы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Темы	Количество часов	В том числе	
			Теоретич.	Практич.
I.	Основы знаний	5		
	Понятие о технике и тактике игры	2	2	
	Правила игры в пионербол	1	1	
	Предупреждение травматизма	1	1	
	Правила соревнований	1	1	
II.	Специальная физическая подготовка	16		16
III.	Технические и тактические приемы	87		
	Подача мяча	10	1	9
	Передачи	10	1	9
	Нападающий бросок	10	1	9
	Блокирование	10	1	9
	Комбинированные упражнения	20		20
	Учебно-тренировочные игры	21	3	18
	Судейство игр	6	3	3
	Итого:	108	15	93

Содержание программы

Материал программы разбит на три раздела: основы знаний, специальная физическая подготовка и технико-тактические приемы.

I. Основы знаний – 5 часов

- понятие о технике и тактике игры, предупреждение травматизма.
- основные положения правил игры в пионербол. Нарушения, жесты судей, правила соревнований

II. Специальная физическая подготовка – 16 часов

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 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 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, необходимых при выполнении нападающих бросков. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей, стоя на месте и в прыжке. Метание теннисного мяча правой и левой рукой в цель на стене или на полу. С места, с разбега, в прыжке, после поворота.

Упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании. Прыжки с подниманием рук вверх: с места, после перемещения, после поворотов. Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим. Блок одиночный, двойной.

Упражнения для развития качеств, необходимых при технике защиты. Перемещения и стойки. Бег, ходьба, приставной шаг вперед, в стороны, остановки, выпады, скачки. Упражнения с мячом. Прием мяча на месте и после перемещения, в падении.

III. Техничко-тактические приемы – 87 часов

1. Подача мяча – 10 часов

- техника выполнения подачи;
- прием мяча;

- подача мяча по зонам, управление подачей.

2. Передачи – 10 часов

- передачи внутри команды;

- передачи через сетку;

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

3. Нападающий бросок – 10 часов

- техника выполнения нападающего броска;

- нападающие броски с разных зон.

4. Блокирование – 10 часов

- ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока;

5. Комбинированные упражнения – 20 часов

- подача – прием;

- подача – прием – передача;

- передача – нападающий бросок;

- нападающий бросок – блок.

6. Учебно-тренировочные игры – 21 час

- отработка навыков взаимодействия игроков на площадке;

- отработка индивидуальных действий игроков;

- отработка групповых действий игроков (страховка игрока, слабо принимающего подачу).

7. Судейство игр – 6 часов

- отработка навыков судейства школьных соревнований.

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

1.4 Планируемые результаты.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

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

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Пионербол» являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Пионербол» являются следующие умения:

- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками игру в пионербол и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры пионербол;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий при проведении игры «Пионербол», анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

II. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график.

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Срок проведения промежуточной итоговой
1	2022-2023	сентябрь	май	36	36	108	2 раза в неделю по 1,5 часа	май

Календарно-тематическое планирование.

№ п/п	Тема	Дата	
		план	факт
1.	<i>Основные положения правил игры в пионербол. Разметка площадки. Стойка игрока.</i>		
2.	<i>Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход.</i>		
3.	<i>Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища.</i>		
4.	<i>Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. ОФП.</i>		
5.	<i>Броски мяча в парах, в стенку, через сетку.</i>		
6.	<i>Броски и ловля мяча. Перемещение приставным шагом. Игра «Вызов номеров».</i>		
7.	<i>Броски и ловля мяча на месте и после перемещения. Бег на 5м, 10м.</i>		
8.	<i>Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах.</i>		
9.	<i>Подача мяча. Упражнения с набивным мячом.</i>		
10.	<i>Подача мяча. Приём мяча после подачи</i>		

11.	<i>Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте.</i>		
12.	<i>Подача мяча. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления.</i>		
13.	<i>Действия игрока после приема мяча. Упражнения на координацию.</i>		
14.	<i>Передача мяча в парах, в тройках, двумя руками. ОФП</i>		
15.	<i>Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища.</i>		
16.	<i>Передача мяча через сетку с места.</i>		
17.	<i>Закрепление стойки игрока на месте и в движении.</i>		
18.	<i>Перемещение вперёд, назад, правым боком, левым. Силовые упражнения для рук.</i>		
19.	<i>Чередование перемещений. Развитие координации. Игра по упрощённым правилам.</i>		
20.	<i>Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощенным правилам.</i>		
21.	<i>Игра по упрощенным правилам с заданиями.</i>		
22.	<i>Учебно-тренировочная игра.</i>		
23.	<i>Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивным мячом.</i>		
24.	<i>Контроль выполнения подачи мяча.</i>		
25.	<i>Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей.</i>		
26.	<i>Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок.</i>		
27.	<i>Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. ОФП.</i>		
28.	<i>Нападающий бросок с первой линии. Развитие скоростно-силовых качеств.</i>		
29.	<i>Нападающий бросок со второй линии. Прыжки.</i>		
30.	<i>Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения.</i>		
31.	<i>Обучение блокированию.</i>		
32.	<i>Блокирование нападающего броска.</i>		
33.	<i>Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места.</i>		
34.	<i>Блокирование нападающего броска после перемещения, поворотов.</i>		
35.	<i>Одиночный и двойной блок. Прыжки у сетки.</i>		

36.	<i>Упражнения у сетки в парах с нападающим и блокирующим.</i>		
37.	<i>Чередование способов перемещения, боком, лицом, спиной вперёд.</i>		
38.	<i>Закрепление способов перемещения. Учебная игра по упрощенным правилам.</i>		
39.	<i>Подача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель.</i>		
40.	<i>Закрепление подачи мяча. ОФП.</i>		
41.	<i>Закрепление приема мяча после подачи.</i>		
42.	<i>Игра в пионербол с двумя мячами. Упражнения с двумя мячами.</i>		
43.	<i>Учебно-тренировочная игра. Прыжки со скакалкой</i>		
44.	<i>Учебно-тренировочная игра.</i>		
45.	<i>Учебно-тренировочная игра с заданиями.</i>		
46.	<i>Контроль приема мяча после подачи.</i>		
47.	<i>Приём подачи, передача к сетке. Взаимодействие игроков.</i>		
48.	<i>Передача через сетку в прыжке или нападающий бросок. Развитие силовой выносливости.</i>		
49.	<i>Блокирование нападающего броска с передачи. Эстафеты.</i>		
50.	<i>Учебно-тренировочная игра. Круговая тренировка.</i>		
51.	<i>Обучение приему мяча от сетки.</i>		
52.	<i>Прием мяча после передачи в сетку.</i>		
53.	<i>Закрепление нападающего броска.</i>		
54.	<i>Закрепление нападающего броска со второй линии.</i>		
55.	<i>Закрепление приема мяча от сетки.</i>		
56.	<i>Учебные игры с заданиями.</i>		

57.	<i>Учебно-тренировочная игра.</i>		
58.	<i>Контроль техники нападающего броска со второй линии.</i>		
59.	<i>Прием мяча в падении. Передача мяча.</i>		
60.	<i>Закрепление приёма передачи. Взаимодействие игроков.</i>		
61.	<i>Приём мяча с подачи. Развитие силовых способностей</i>		
62.	<i>Приём мяча на месте и после перемещения.</i>		
63.	<i>Подача мяча по зонам и приём мяча. Упражнения на развитие выносливости.</i>		
64.	<i>Закрепление точной подачи мяча по зонам.</i>		
65.	<i>Учебная игра с заданиями.</i>		
66.	<i>Учебно-тренировочная игра. Упражнения с набивными мячами.</i>		
67.	<i>Контроль выполнения подачи мяча по зонам.</i>		
68.	<i>Учебно-тренировочная игра.</i>		
69.	<i>Участие в школьных соревнованиях по пионерболу.</i>		
70.	<i>Участие в школьных соревнованиях по пионерболу.</i>		
71.	<i>Приём мяча с подачи. Закрепление технических приёмов.</i>		
72.	<i>Формирование навыков командных действий.</i>		
73.	<i>Обучение действиям игрока в защите.</i>		
74.	<i>Закрепление приема мяча с подачи, от сетки.</i>		
75.	<i>Учебно-тренировочная игра. Упражнения на координацию.</i>		
76.	<i>Учебно-тренировочная игра.</i>		
77.	<i>Контроль выполнения приема мяча от сетки.</i>		

78.	<i>Закрепление технических приёмов в защите. ОРУ для рук, ног, туловища.</i>		
79.	<i>Закрепление технических приемов в нападении</i>		
80.	<i>Обучение тактическим действиям при выполнении подач.</i>		
81.	<i>Обучение тактическим действиям при выполнении передач.</i>		
82.	<i>Групповые тактические действия. Страховка игрока слабо принимающего подачу.</i>		
83.	<i>Обучение командным тактическим действиям. Упражнения на координацию.</i>		
84.	<i>Закрепление нападающего броска. Прыжковые упражнения.</i>		
85.	<i>Закрепление нападающего броска с первой и второй линии.</i>		
86.	<i>Учебно-тренировочная игра. Круговая тренировка.</i>		
87.	<i>Учебно-тренировочная игра.</i>		
88.	<i>Контроль техники нападающего броска с первой линии.</i>		
89.	<i>Закрепление блокирования нападающего броска.</i>		
90.	<i>Закрепление одиночного и двойного блока.</i>		
91.	<i>Учебно-тренировочная игра. Челночный бег.</i>		
92.	<i>Учебно-тренировочная игра.</i>		
93.	<i>Контроль блокирования нападающего броска.</i>		
94.	<i>Игра с индивидуальными заданиями.</i>		
95.	<i>Правила проведения соревнований. Нарушения. Жесты судьи.</i>		
96.	<i>Учебно-тренировочная игра. Упражнения на координацию.</i>		
97.	<i>Учебно-тренировочная игра.</i>		
98.	<i>Учебная игра с самостоятельным судейством.</i>		

99.	<i>Закрепление тактических действий при выполнении подачи.</i>		
100.	<i>Закрепление тактических действий при выполнении передач.</i>		
101.	<i>Закрепление групповых тактических действий в игре.</i>		
102.	<i>Закрепление командных тактических действий в игре.</i>		
103.	<i>Учебная игра с самостоятельным применением технико-тактических приемов.</i>		
104.	<i>Учебная игра с заданиями.</i>		
105.	<i>Учебная игра с самостоятельным судейством.</i>		
106.	<i>Учебная игра с самостоятельным судейством</i>		
107.	<i>Учебная игра по правилам соревнований.</i>		
108.	<i>Учебная игра по правилам соревнований.</i>		

2.2 Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение учебного процесса.

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал школы с волейбольной разметкой площадки, волейбольными стойками.

Спортивный инвентарь:

- волейбольные мячи 15шт;
- перекладины для подтягивания в висе – 2 шт;
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося – 15 шт;
- волейбольная сетка – 1 шт;
- баскетбольные мячи – 10 шт;
- гимнастические маты – 6 шт.

Спортивные снаряды:

- гимнастические скамейки - 4 шт;
 - гимнастическая стенка - 4 пролета.
- Волейбольная площадка на территории школы.

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Критерии и нормы оценивания.

Основной показатель работы секции по пионерболу - выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, подготовки.

Диагностика результатов проводится в виде контрольных упражнений. В конце учебного года все обучающиеся группы сдают контрольные зачеты по общей физической подготовке. Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа подготовки.

Оценка практической подготовленности

по контрольным упражнениям.

Технический прием	Контрольное упражнение	Возраст	Оценка					
			Мальчики			Девочки		
			высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
<i>Подача мяча</i>	<i>1. подача мяча (из 5 попыток)</i>	9	2	1	-	2	1	-
		10	3	2	1	3	2	1
		11	4	3	2	4	3	2
	<i>2. подача мяча по зонам (из 3 попыток)</i>	10	-	-	-	-	-	-
		11	2	1	-	2	1	-
<i>Прием мяча</i>	<i>1. Прием мяча после подачи (из 5 попыток)</i>	9	3	2	1	2	1	-
		10	4	3	2	3	2	1

		11	5	3	2	4	2	1
	<i>2. Прием мяча от сетки</i>	10	1	-	-	1	-	-
	<i>(из 3 попыток)</i>	11	2	1	-	2	1	-
<i>Нападающий бросок</i>	<i>1. Нападающий бросок с первой линии</i>	10	-	-	-	-	-	-
		11	2	1	-	2	1	-
	<i>2. Нападающий бросок со второй линии</i>	10	1	-	-	1	-	-
		11	3	2	1	2	1	-
	<i>(из 5 попыток)</i>							
<i>Блокирование</i>	<i>Блокирование нападающего броска (из 5 попыток)</i>	10	-	-	-	-	-	-
		11	2	1	-	2	1	-

2.4.Список литературы.

1. Каинов А.Н. Организация работы спортивных секций в школе. Программа, рекомендации. ФГОС. – Волгоград : / Учитель, 2019.
2. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре. ФГОС. М.: Просвещение, 2014.
3. Найминова Э.Б. Физкультура. Методика преподавания. Спортивные игры. М.: Феникс, 2001. – 251 с.
4. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе». М.: 2009.
5. Симонова О.В. Пионербол – игра для всех возрастов: Методика обучения: Спорт в школе. – 2000. – N 41–42. С.5–17.
6. Справочник учителя физической культуры /авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева. – Волгоград : / Учитель, 2011. – 251 с.
7. Физическая культура. 2 класс: поурочные планы/ М.С. Блудлина, С.В. ЕмельяновВолгоград: Учитель-АСТ, 2010.
8. Физическая культура. 3 класс. Пособие для учителя/ И.М. Должиков. М.: Айрипресс, 2012.
9. Физическая культура. 4 класс. Пособие для учителя/ И.М. Должиков. М.: Айрипресс, 2012.

Список литературы для обучающихся: 1. Научно-методический журнал «Физическая культура в школе», №2, 2012.

2. Пионербол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт». 2003.
3. Физическая культура. 1–4 классы : учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – 14-е изд. – М. : Просвещение, 2013. – 190 с. П

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. <http://www.rossport.ru-сайт> Федерального агентства по физической культуре и спорту
2. <http://www.olimpic.ru-сайт> Олимпийского комитета России
3. <http://www.infosport.ru-сайт> Отраслевого информационного портала
4. <http://www.lib.sportedu.ru-сайт> Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту
5. <http://www.mon.gov.ru-сайт> Министерства образования и науки РФ
6. <http://www.ed.gov.ru-сайт> Федерального агентства по образованию
7. <http://www.sportedu.ru-сайт> Российского государственного университета физической культуры