

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №103»

**Основная образовательная программа основного общего образования**

РАССМОТРЕНО:

На педагогическом совете  
Протокол № 12 от  
24.08.2022

СОГЛАСОВАНО:

Заместителем директора по УВР

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора  
от 24.08.2022  
№ 01-06/155-осн

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**

**«Спортивные игры»**

**5-8 класс**

Срок освоения 4 года

**Барнаул – 2022**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 5-8 классов составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, Основной образовательной программой основного общего образования МБОУ «СОШ № 103», Учебным планом внеурочной деятельности.

Реализация данной программы способствует использованию разнообразных форм организации учебного процесса, внедрению современных методов обучения и педагогических технологий.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» разработана на основе авторской программы В.И. Ляха «Физическая культура» 5-8 классы – М.: «Просвещение», 2012 год. Разделы и темы выбраны с учётом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа секции рассчитана на учащихся 11-14 лет.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

У многих учеников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

**Цель** курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» – удовлетворить потребность школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Занятия проходят во внеурочное время **один раз в неделю – всего 34 занятия.**

Содержание секции отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

**Сроки реализации программы:** данная рабочая программа рассчитана на один учебный год.

### **Формы и режимы занятий:**

- *Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.*
- *Комбинированные занятия.* Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
- *Целостно-игровые занятия.* Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.

- *Контрольные занятия.* Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

**Методы обучения и воспитания:**

- словесный (рассказ, объяснение, лекция, беседа, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника и др.);
- наглядность упражнений (показ упражнений и др.);
- методы практических упражнений
- метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения программы, динамики показателей физического и личностного развития;
- метод самореализации через творческие дела, участие в соревновательно-игровой деятельности.

**Виды деятельности обучающихся:** викторины, конкурсы, ролевые игры, выполнение заданий соревновательного характера, оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ), результативность участия в конкурсных программах, результативность участия в спортивных соревнованиях и эстафетах и т.д.

**Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся:** обучение на курсе внеурочной деятельности предполагает безотметочную систему. Проверка знаний, приобретенных на курсе внеурочной деятельности, предполагает ответы на сформулированные вопросы, выполнение проектных заданий в соответствии с тематическим планированием программы курса внеурочной деятельности; организация и проведение мероприятий, связанных с сохранением и укреплением здоровья.

## 1. Содержание курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

### 5 класс

**Тема 1.** Футбол. Правила ТБ. История футбола. Основные правила игры в футбол. Изучение стоек игрока, перемещений в стойке. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Удары по воротам на точность попадания мячом в цель. Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам. Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Нападение 3:1, 3:2 с атакой и без атаки на ворота. Игра по упрощённым правилам мини-футбола.

**Тема 2.** Баскетбол. Правила ТБ. История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Изучение стоек игрока, перемещений в стойке. Изучение стоек игрока, перемещений в стойке. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Вырывание и выбивание мяча. Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника. Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций. Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.

**Тема 3.** Гандбол. Правила ТБ. История гандбола. Основные правила игры в гандбол. Изучение стоек игрока, перемещений в стойке. Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Бросок мяча сверху в опорном положении и в прыжке. Позиционное

нападение без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощённым правилам. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.

**Тема 4.** Волейбол. Правила ТБ. История волейбола. Основные правила игры в волейбол. Изучение стоек игрока, перемещений в стойке. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Комбинации: приём, передача, удар. Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0). Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.

## 6 класс

**Тема 1.** Футбол. Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Удары по воротам на точность попадания мячом в цель. Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам. Нападение 3:3, 2:1 с атакой и без атаки на ворота. Игра по упрощённым правилам мини-футбола.

**Тема 2.** Баскетбол. Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Основные правила игры в баскетбол. Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Вырывание и выбивание мяча. Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника. Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.

**Тема 3.** Гандбол. Правила ТБ. История гандбола. Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника. Варианты ведения мяча с пассивным без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощённым правилам мини-гандбола. Игра по упрощённым правилам сопротивлением защитника. Бросок мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой. Вырывание и выбивание мяча. Блокирование броска. Позиционное нападение мини-гандбола.

**Тема 4.** Волейбол. Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Передачи мяча над собой. Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Нижняя прямая подача мяча через сетку. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Комбинации: приём, передача, удар. Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0). Тактика свободного нападения. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.

## 7 класс

**Тема 1.** Футбол. Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Закрепление техники ударов по воротам на точность попадания мячом в цель. Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам. Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Бросок мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой. Перехват мяча. Игра вратаря. Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1). Игра по упрощённым правилам мини-гандбола. Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.

**Тема 2.** Баскетбол. Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Основные правила игры в баскетбол. Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Вырывание и выбивание мяча. Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника. Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок. Позиционное нападение (5:0)

без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1). Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.

**Тема 3.** Гандбол. Правила ТБ. История гандбола. Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника. Варианты ведения мяча с пассивным без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1). Игра по упрощённым правилам мини-гандбола. Игра по упрощённым правилам сопротивлением защитника. Бросок мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой. Вырывание и выбивание мяча. Блокирование броска. Позиционное нападение мини-гандбола.

**Тема 4.** Волейбол. Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Передачи мяча над собой. Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Нижняя прямая подача мяча через сетку. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Комбинации: приём, передача, удар. Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Тактика свободного нападения. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.

## 8 класс

**Тема 1.** Футбол. Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке. Совершенствование техники ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Совершенствование техники ударов по воротам на точность попадания мячом в цель. Совершенствование комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам. Совершенствование позиционного нападения с изменением позиций игроков. Совершенствование техники нападения с атакой и без атаки на ворота. Игра вратаря. Перехват мяча. Игра по упрощённым правилам мини-футбола.

**Тема 2.** Баскетбол. Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке. Совершенствование ловли и передач мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника. Совершенствование вариантов ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Совершенствование бросков мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием. Закрепление комбинации: ловля, передача, ведение, бросок. Позиционное нападение и защита (2:2, 3:3, 4:4, 5:5). Нападение быстрым прорывом (3:2). Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон». Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.

**Тема 3.** Гандбол. Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке. Совершенствование ловли и передач мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника. Совершенствование вариантов ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Совершенствование бросков мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой. Семиметровый штрафной бросок. Перехват мяча. Игра вратаря. Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (3:2). Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон». Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.

**Тема 4.** Волейбол. Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Приём подачи. Закрепление прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнёром. Совершенствование тактики свободного нападения. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола. Игра по упрощённым правилам волейбола.

## 2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

### **Метапредметные результаты:**

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

### **Предметные результаты:**

Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы кружковой деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления 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.

## 3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

### 5 класс

№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов
<b>1. Футбол.</b>			<b>8</b>
1	Правила ТБ. История футбола. Основные правила игры в	Изучают историю футбола и запоминают имена отечественных олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами	<b>1</b>

	футбол.	игры в футбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в футбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	
2	Изучение стоек игрока, перемещений в стойке.		1
3	Варианты ведения мяча без сопротивления защитника.		1
4	Удары по воротам на точность попадания мячом в цель.		1
5	Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1
6	Позиционные нападения без изменения позиций игроков.		1
7	Нападение 3:1, 3:2 с атакой и без атаки на ворота.		1
8	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.		1
<b>2. Баскетбол</b>			<b>8</b>
9	Правила ТБ. История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол.	Изучают историю баскетбола и запоминают имена отечественных олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в баскетбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
10	Изучение стоек игрока, перемещений в стойке.		1
11	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника.		1
12	Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Вырывание и выбивание мяча.		1
13	Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника.		1
14	Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.		1
15	Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым		1

	прорывом (1:0).		
16	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.		1
<b>3. Гандбол.</b>			8
17	Правила ТБ. История гандбола. Основные правила игры в гандбол.	Изучают историю гандбола и запоминают имена отечественных олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в гандбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в гандбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
18	Изучение стоек игрока, перемещений в стойке.		1
19	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника.		1
20	Варианты ведения мяча без сопротивления защитника.		1
21	Бросок мяча сверху в опорном положении и в прыжке.		1
22	Вырывание и выбивание мяча. Блокирование броска.		1
23	Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0).		1
24	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.		1
<b>4. Волейбол.</b>			10
25	Правила ТБ. История волейбола. Основные правила игры в волейбол.	Изучают историю волейбола и запоминают имена отечественных олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой	1
26	Изучение стоек игрока, перемещений в стойке.		1
27	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд.		1
28	Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд.		1

29	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки.	деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в волейбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
30	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.		1
31	Комбинации: приём, передача, удар.		1
32	Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0).		1
33	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.		1
34	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.		1
<b>Итого</b>			34

### 6 класс

№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов
<b>1. Футбол.</b>			<b>8</b>
1	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	Овладевают основными приёмами игры в футбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в футбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	<b>1</b>
2	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.		1
3	Удары по воротам на точность попадания мячом в цель.		1
4	Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1
5	Позиционные нападения без изменения позиций игроков.		1
6	Нападение 3:3, 2:1 с атакой и без атаки на ворота.		1
7	Игра по упрощённым		1

	правилам мини-футбола.		
8	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.		1
<b>2. Баскетбол</b>			<b>8</b>
9	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в баскетбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
10	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника.		1
11	Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Вырывание и выбивание мяча.		1
12	Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника.		1
13	. Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.		1
14	Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0).		1
15	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.		1
16	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.		1
<b>3. Гандбол.</b>			<b>8</b>
17	Правила ТБ. История гандбола. Основные правила игры в гандбол.	Овладевают основными приёмами игры в гандбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных	1
18	Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.		1

19	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.	игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в гандбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
20	Бросок мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.		1
21	Вырывание и выбивание мяча. Блокирование броска.		1
22	Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0).		1
23	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.		1
24	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.		1
<b>4. Волейбол.</b>			10
25	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	Овладевают основными приёмами игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в волейбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
26	Передачи мяча над собой.		1
27	Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд.		1
28	Нижняя прямая подача мяча через сетку.		1
29	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.		1
30	Комбинации: приём, передача, удар.		1
31	Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0).		1
32	Тактика свободного нападения.		1
33	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.		1

34	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.		1
<b>Итого</b>			34

### 7 класс

№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов
<b>1. Футбол.</b>			<b>8</b>
1	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	Овладевают основными приёмами игры в футбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в футбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
2	Закрепление техники ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.		1
3	Закрепление техники ударов по воротам на точность попадания мячом в цель.		1
4	Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1
5	Позиционные нападения с изменением позиций игроков.		1
6	Закрепление техники нападения с атакой и без атаки на ворота.		1
7	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.		1
8	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.		1
<b>2. Баскетбол</b>			<b>8</b>
9	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в	1
10	Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.		1
11	Варианты ведения мяча с		1

	пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча.	зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в баскетбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	
12	Броски мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием.		1
13	Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.		1
14	Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1).		1
15	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.		1
16	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.		1
<b>3. Гандбол.</b>			8
17	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	Овладевают основными приёмами игры в гандбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в гандбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
18	Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.		1
19	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.		1
20	Бросок мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.		1
21	Перехват мяча. Игра вратаря.		1
22	Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1).		1

23	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.		1
24	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.		1
<b>4. Волейбол.</b>			10
25	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	Овладевают основными приёмами игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в волейбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
26	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд.		1
27	Передачи мяча над собой и через сетку.		1
28	Нижняя прямая подача мяча через сетку.		1
29	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.		1
30	Закрепление комбинации: приём, передача, удар.		1
31	Позиционное нападение с изменением позиций игроков.		1
32	Закрепление тактики свободного нападения.		1
33	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.		1
34	Игра по упрощённым правилам волейбола.		1
<b>Итого</b>			34

### 8 класс

№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов
<b>1. Футбол.</b>			8
1	Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока,	Овладевают основными приёмами игры в футбол. Описывают технику изучаемых игровых	1

	перемещений в стойке.	<p>приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.</p> <p>Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры.</p> <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в футбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.</p>	
2	Совершенствование техники ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.		1
3	Совершенствование техники ударов по воротам на точность попадания мячом в цель.		1
4	Совершенствование комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1
5	Совершенствование позиционного нападения с изменением позиций игроков.		1
6	Совершенствование техники нападения с атакой и без атаки на ворота.		1
7	Игра вратаря. Перехват мяча.		1
8	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.		1
<b>2. Баскетбол</b>			<b>8</b>
9	Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.	<p>Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры.</p> <p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в баскетбол как средство</p>	1
10	Совершенствование ловли и передач мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.		1
11	Совершенствование вариантов ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча.		1
12	Совершенствование бросков мяча после ведения и ловли с пассивным		1

	противодействием.	активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	
13	Закрепление комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.		1
14	Позиционное нападение и защита (2:2, 3:3, 4:4, 5:5). Нападение быстрым прорывом (3:2).		1
15	Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон».		1
16	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.		1
<b>3. Гандбол.</b>			<b>8</b>
17	Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.	Овладевают основными приёмами игры в гандбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в гандбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
18	Совершенствование ловли и передач мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.		1
19	Совершенствование вариантов ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.		1
20	Совершенствование бросков мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.		1
21	Семиметровый штрафной бросок. Перехват мяча. Игра вратаря.		1
22	Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (3:2).		1
23	Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон».		1
24	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.		1

<b>4. Волейбол.</b>			10
25	Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.	Овладевают основными приёмами игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику и тактику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в волейбол как средство активного отдыха. Овладевают терминологией в игре. Объясняют правила и основы организации игры.	1
26	Передача мяча над собой, во встречных колоннах.		1
27	Отбивание мяча кулаком через сетку.		1
28	Нижняя прямая подача мяча. Приём подачи.		1
29	Закрепление прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнёром.		1
30	Совершенствование комбинации: приём, передача, удар.		1
31	Закрепление позиционного нападения с изменением позиций.		1
32	Совершенствование тактики свободного нападения.		1
33	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.		1
34	Игра по упрощённым правилам волейбола.		1
<b>Итого</b>			34