

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО  
Нургалиев В.И.  
Протокол № 1 от 30.09.2022 г.

**СОЛЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УР  
МБОУ «Красноключинская  
СОШ» НМР РТ  
Нургалиев В.И.  
от 30.09.2022 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ «Красноключинская  
СОШ» НМР РТ  
Приказ № 130 от 04.10.2022 г.  
Г.А. Яруллина /

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА****по внеурочной деятельности  
«Спортивные игры»****по курсу**

**«Организация внеурочной деятельности в условиях введения ФГОС  
основного общего образования»**  
Мухаметшиной Резеды Минабовны, Агиямова Радика Дамировича  
учителей первой квалификационной категории  
МБОУ «Красноключинская СОШ» НМР РТ

г. Нижнекамск, 2022 г.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

Программа описывает познавательную внеурочную деятельность в рамках основной образовательной программы школы. Программа рассчитана на 174 часов (5-8классы-35 часов в год; 9 класс-34 часа в год). Программа рассчитана на подростков 5 — 9 классов.

**Изучение курса дает возможность обучающимся достичь следующих результатов развития:**

### **5 класс**

#### **Личностные**

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

#### **Метапредметные**

-умение 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;  
-умение формировать позитивного коммуникативного общения с окружающими.

#### **Планируемый результат освоения программы.**

**Ученик научится:**

- рассматривать физическую культуру как явления культуры, выделять исторические этапы её развития.
- rationально планировать режим дня;
- *пятиклассник получит возможность научиться:*
- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр.
- определить признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья.
- использовать знания физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья.
- составлять комплексы физических упражнений.
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств(силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять основные технические действия и приема игры в футболе, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности.

**Ученик получит возможность научиться:**

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

### **6 класс.**

#### **Личностные**

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

#### **Метапредметные**

-умение 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;  
-умение формировать позитивного коммуникативного общения с окружающими.

#### **Планируемый результат освоения программы.**

**Ученик научится:**

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- способы двигательной (физкультурной) деятельности
- вести дневник по физкультурной деятельности.
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок
- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья.
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок, туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, баскетбол, волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;

**Ученик получит возможность научиться:**

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта.

## **Личностные**

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

## **Метапредметные**

- умение 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;
- умение формировать позитивного коммуникативного общения с окружающими.

### **Планируемый результат освоения программы.**

**Ученик научится:**

- знать когда и где проходили Олимпийские игры;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корректирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

**Ученик получит возможность научиться:**

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- знать физиологические основы скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения и энергосбережения при выполнении физических упражнений;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности.

**Ученик получит возможность научиться:**

осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;

## **8 класс**

## **Личностные**

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

## **Метапредметные**

- умение 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;
- умение формировать позитивного коммуникативного общения с окружающими.

### **Планируемый результат освоения программы.**

**Ученик научится:**

- осуществлять самоконтроль за физической нагрузкой;
- определять дозировку температурных режимов для закаливающих процедур;
- раскрывать причины возникновения травм и повреждений при занятиях физической культурой и спортом;
- раскрывать значение нервной системы в управлении движениями и в регуляции основных систем организма;
- характеризовать типовые травмы и использовать приемы и правила оказания первой помощи при травмах;
- понимать значение допинга, его влияние на организм спортсмена;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- знать физиологические основы скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения и энергосбережения при выполнении физических упражнений;
- описывать технику игровых приемов, варьировать ее в зависимости от степени утомления организма во время игровых действий;
- проводить спортивные соревнования с учетом правил и жестов судьи;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге, прыжках метании (в высоту и длину), (мяча, гранаты);
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

**Ученик получит возможность научиться:**

- выполнять тестовые упражнения на оценку выше уровня индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять тестовые упражнения по легкоатлетическому четырехборью и осуществлять соревновательную деятельность; сдавать нормы ГТО.

## **9 класс**

### **Личностные**

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

### **Метапредметные**

- умение 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;
- умение формировать позитивного коммуникативного общения с окружающими.

### **Планируемый результат освоения программы.**

**Ученик научится:**

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принёсших славу российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банальных процедур и сеансов оздоровительного массажа;
- 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;
- изучит правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- узнает названия технических приёмов игр и основы правильной техники.

**Ученик получит возможность научиться:**

- 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;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы комплекса ГТО;
- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА.**

- 1.Баскетбол-60 часов**
- 2. Гандбол-40 часов**
- 3.Пионербол-20 (5-6 классы)**
- 3. Волейбол-30 часов (7-9 классы)**

## **4.Футбол-24**

### **5 класс**

Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста. Ведение в защите. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок мяча с 2 шагов. Передачи мяча. Ловля мяча. Ведение мяча. Броски в кольцо. Игра в защите. Защита зоны. Игра в нападении. Игра в защите. Личная защита. Правила игры, стойка, перемещения. Ловля и передача мяча. Техника передвижения, ловли и передачи мяча. Техника броска. Техника ведения мяча в движении с изменением направления. Техника ведения мяча в движении с изменением направления. Техника игры в защите. Закрепление техники передачи мяча. Верхняя передача мяча в парах. Подача мяча через сетку. Нижняя прямая подача мяча через сетку. Закрепление техники приема мяча с подачи. Техника и тактика игры в пионербол. Остановка катящегося мяча. Ведение мяча. Игра в футбол по упрощенным правилам (мини-футбол). Игра в футбол по упрощенным правилам (мини-футбол).

### **6 класс**

Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста. Передачи мяча. Ловля мяча на месте и в движении. Ведение мяча. Эстафеты. Броски в кольцо. Подвижные игры. Игра по упрощенным правилам. Бросок мяча в кольцо с 5 точек. Правила игры, стойка, перемещения. Ловля и передача мяча. Техника передвижения, ловли и передачи мяча. Техника броска. Техника ведения мяча в движении с изменением направления. Закрепление техники опорного броска. Техника игры в защите. Закрепление техники передачи мяча. Верхняя передача мяча в парах. Подача мяча через сетку. Нижняя прямая подача мяча через сетку. Закрепление техники приема мяча с подачи. Прием высоко летящего мяча. Техника и тактика игры в пионербол. Техника и тактика игры в пионербол. Ведение мяча. Игра в футбол по упрощенным правилам (мини-футбол). Техника и тактика игры.

### **7 класс**

Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста. Передачи мяча. Ловля мяча. Техника передвижения, ловли и передачи мяча. Ведение мяча. Броски в кольцо. Игра в защите. Личная защита игрока. Игра в нападении. Защита зоны, тактика игры в баскетбол. Правила игры, стойка, перемещения. Ловля и передача мяча. Техника передвижения, ловли и передачи мяча. Техника броска. Техника ведения мяча в движении с изменением направления. Закрепление техники опорного броска. Техника игры в защите. Техника верхней и нижней передачи мяча. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Передача у стены, в парах. Прием мяча от сетки. Закрепление техники приема мяча с подачи. Остановка катящегося мяча. Ведение мяча. Игра в футбол, (мини-футбол). Техника и тактика игры.

### **8 класс**

Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста. Передачи мяча. Ловля мяча. Ведение мяча. Броски в кольцо в движении с 2 шагов. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой зоны. Игра в защите. Игра в нападении. Игра в баскетбол. Судейство и заполнения протокола соревнований. Игра в баскетбол. Судейство и заполнения протокола соревнований. Ловля и передача мяча. Техника передвижения, ловли и передачи мяча. Техника броска. Техника и тактика игры. Игра в нападении. Игра в защите. Закрепление техники передач. Верхняя прямая подача. Закрепление техники приема мяча с подачи. Нападающий удар. Техника и тактика игры в волейбол. Остановка высоко летящего мяча. Ведение мяча. Удар по воротам. Тактические действия игры в футбол. Игра в футбол, (мини-футбол)

### **9 класс**

Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста. Ведение в защите. Передачи мяча. Ловля мяча в защите. Ведение мяча с сопротивлением. Броски в кольцо с различных точек. Штрафной бросок с сопротивлением. Техника и тактика игры в баскетбол. Вырывание и выбивание мяча. Игра в защите. Игра в нападении. Правила игры, стойка, перемещения. Ловля и передача мяча. Техника передвижения, ловли и передачи мяча. Техника броска. Техника броска. Техника броска. Игра в защите. Передачи мяча в парах, тройках. Прием мяча. Нападающий удар. Верхняя прямая подача мяча. Блокирование. Техника и тактика игры. Остановка катящегося мяча. Ведение мяча. Игра в футбол.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.**  
**5 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные формы внеурочной деятельности обучающихся</b>
<b>1</b>	<b>Баскетбол</b>	<b>12</b>	Научатся бросать мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научить выполнять ведение мяча стоя на месте и в беге. Научится передавать мяч, стоя на месте и в движении. Научится бросать мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Знать и выполнять правила игры. Выполнять игровые действия в команде.
<b>2</b>	<b>Гандбол</b>	<b>8</b>	Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научить планировать режим дня, дать основные понятия о спортивной игре. Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Научатся выполнять тактические действия в нападении. Научатся выполнять тактические действия в нападении. Научить выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах. Научатся выполнять бросок мяча с силой, ловить и отбивать высоко летящий мяч.
<b>3</b>	<b>Пионербол</b>	<b>10</b>	Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научится выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах. Научатся выполнять бросок мяча с силой, ловить и отбивать высоко летящий мяч. Научатся выполнять перебрасывание мяча в парах, тройках, на месте и в движении. Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча. Разрабатывать комплекс упражнений. Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху.
<b>4</b>	<b>Футбол</b>	<b>5</b>	Дать представление о влияние занятий футболом на физическое развитие организма, методы закаливания. Научить ведению и передачи мяча. Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении. Знать правила игры. Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении. Знать правила игры. Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении, выполнять удар по воротам. Знать правила игры.

**6 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные формы внеурочной деятельности обучающихся</b>
<b>1</b>	<b>Баскетбол</b>	<b>12</b>	Научатся бросать мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся передавать мяч, стоя на месте и в движении. Научатся бросать мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Научатся передавать мяч, стоя на месте и в движении. Знать правила игры, выполнять игровые действия в команде.
<b>2</b>	<b>Гандбол</b>	<b>8</b>	Научить планировать режим дня, дать основные понятия о спортивной игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Научатся выполнять тактические действия в нападении.
<b>3</b>	<b>Пионербол</b>	<b>10</b>	Научить выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся выполнять бросок мяча с силой, ловить и отбивать высоко летящий мяч. Научатся выполнять подбрасывание мяча вверх и ловить. Знать правила игры в пионербол. Научатся выполнять перебрасывание мяча в парах, тройках, на месте и в движении. Научатся выполнять передачу и прием мяча. Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча. Разрабатывать комплекс упражнений.

<b>4</b>	<b>Футбол</b>	<b>5</b>	Дать представление о влияние занятий футболом на физическое развитие организма, методы закаливания. Научить ведению и передачи мяча. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении. Знать правила игры. Научатся, выполнять удар по воротам.
----------	---------------	----------	---

### 7 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные формы внеурочной деятельности обучающихся</b>
<b>1</b>	<b>Баскетбол</b>	<b>12</b>	Совершенствовать броска мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся выполнять бросок мяча в прыжке. Научатся передавать мяч, стоя на месте и в движении. Научатся передавать мяч, с отскоком об пол. Научится выполнять передачу мяча в движении. Научатся выполнять тактические действия в игре. Научатся передавать, ловить и передавать мяч, стоя на месте и в движении. Научатся выполнять тактические действия в игре. Знать и выполнять правила игры. Научатся выполнять штрафной бросок .
<b>2</b>	<b>Гандбол</b>	<b>8</b>	Научить планировать режим дня, дать основные понятия о спортивной игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям.
<b>3</b>	<b>Волейбол</b>	<b>10</b>	Научится выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся выполнять передачи мяча и отбивать высоко летящий мяч. Знать правила игры в волейбол. Научатся выполнять подачу мяча и прием мяча. Знать правила игры в волейбол. Научатся выполнять передачу мяча в парах, тройках, на месте и в движении. Принимать мяч после подачи. Знать правила игры в волейбол, жесты судьи. Научатся выполнять нападающий удар. Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху.
<b>4</b>	<b>Футбол</b>	<b>5</b>	Дать представление о влияние занятий физической культурой на развитие организма, научить ведению и передачи мяча внутренней стороны стопы. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении. Знать правила игры. Научатся выполнять удар по воротам. Знать правила игры.

### 8 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные формы внеурочной деятельности обучающихся</b>
<b>1</b>	<b>Баскетбол</b>	<b>12</b>	Совершенствовать броска мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научить выполнять повороты и бросок мяча в кольцо в прыжке. Научить выполнять штрафной бросок. Знать правила игры и жесты судьи. Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча. Научатся выполнять тактические действия в игре. Знать и выполнять правила игры. Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча. Научатся выполнять штрафной бросок. Знать правила игры, выполнять игровые тактические действия в команде.
<b>2</b>	<b>Гандбол</b>	<b>8</b>	Научить планировать режим дня, дать основные понятия о спортивной игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Научатся выполнять тактические действия в нападении. Выполнять броски в ворота с дальнего расстояния.
<b>3</b>	<b>Волейбол</b>	<b>10</b>	Научить выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах.

			Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся выполнять передачи мяча и отбивать высоко летящий мяч. Знать правила игры в волейбол. Научатся выполнять подачу мяча и прием мяча. Научатся выполнять верхнюю подачу мяча. Принимать мяч после подачи. Знать правила игры в волейбол, жесты судьи. Научатся выполнять нападающий удар. Научатся выполнять верхнюю прямую подачу мяча. Разрабатывать комплекс упражнений. Научатся техники индивидуального и группового блокирования.
<b>4</b>	<b>Футбол</b>	<b>5</b>	Научить передачи мяча внутренней стороны стопы и подъемом стопы. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся выполнять остановку мяча подъемом стопы и грудью. Знать правила игры. Научатся выполнять остановка мяча бедром, остановка мяча под подошвой. Научатся выполнять остановку мяча подъемом стопы и грудью. Научатся выполнять удар по воротам.

### 9 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные формы внеурочной деятельности обучающихся</b>
<b>1</b>	<b>Баскетбол</b>	<b>12</b>	Совершенствовать броска мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научить выполнять повороты и бросок мяча в кольцо в прыжке. Научить выполнять штрафной бросок. Знать правила игры и жесты судьи. Знать правила игры и жесты судьи. Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча. Научатся выполнять тактические действия в игре. Знать и выполнять правила игры. Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча. Научатся выполнять тактические действия в игре. Научатся выполнять штрафной бросок. Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча. Знать правила игры, выполнять игровые тактические действия в команде
<b>2</b>	<b>Гандбол</b>	<b>8</b>	Знать и выполнять правила игры. Выполнять удар по воротам. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Научатся выполнять тактические действия в нападении и в защите. Выполнять броски в ворота с дальнего расстояния.
<b>3</b>	<b>Волейбол</b>	<b>10</b>	Научатся выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах, выполнять прием мяча. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся выполнять нападающий удар. Знать правила игры в волейбол. Научатся выполнять одиночное и групповое блокирование. Знать правила игры в волейбол, жесты судьи. Научатся выполнять нападающий удар. Научатся выполнять одиночное и групповое блокирование. Знать правила игры в волейбол, жесты судьи. Научатся выполнять тактические действия и взаимодействие игроков в команде. Научатся техники индивидуального и группового блокирования. Выполнять верхнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху
<b>4</b>	<b>Футбол</b>	<b>4</b>	Научить выполнять удар с полулёта, удар с лёта в центр мяча. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Научатся выполнять удар головой с места. Пробивать мяч в ворота. Знать правила игры. Научатся выполнять удар головой с места, в прыжке с разбега. Пробивать мяч в ворота. Научатся выполнять остановку мяча подъемом стопы и грудью.

## КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

### 5 класс

№ урока	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата проведения	
			по плану	факт
1.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Броски мяча двумя руками стоя на месте. Стойка игрока, передвижение в стойке.	1	1 нед	
2.	Ведение мяча на месте и в движении. Остановка в движении по звуковому сигналу.	1	2 нед	
3.	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Стойка игрока, передвижение в стойке.	1	3 нед	
4.	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча).	1	4 нед	
5.	Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой);	1	5 нед	
6.	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Беговые и прыжковые упражнения.	1	6 нед	
7.	Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает». Упражнения со скакалкой.	1	7 нед	
8.	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бег с ускорением.	1	8 нед	
9.	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Челночный бег.	1	9 нед	
10.	Игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами. Прыжки в длину с места.	1	10 нед	
11.	Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Упражнения на развитие силы.	1	11 нед	
12.	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	1	12 нед	
13.	Гандбол. Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры. Режим дня и режим питания. Ведение и передача мяча в парах.	1	13 нед	
14.	Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника),	1	14 нед	
15.	Перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота	1	15 нед	
16.	Блокирование, персональная опека	1	16 нед	
17.	Тактика нападения.	1	17 нед	
18.	Основные принципы нападения. Расстановки.	1	18 нед	
19.	Тактика нападения. Основные принципы нападения.	1	19 нед	
20.	Спортивные игры с мячом. Эстафеты. «Салки». «Выбить цели».	1	20 нед	
21.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча.	1	21 нед	
22.	Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками	1	22	

	стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча. Игра пионербол.		нед	
23.	Подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Игра пионербол.	1	23 нед	
24.	Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Игра пионербол.	1	24 нед	
25.	Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Игра пионербол.	1	25 нед	
26.	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча в парах. Игра пионербол.	1	26 нед	
27.	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча в парах. Игра пионербол.	1	27 нед	
28.	Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка. Нижняя прямая подача мяча.	1	28 нед	
29.	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра пионербол.	1	29 нед	
30.	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра пионербол.	1	30 нед	
31.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания. Ведение и передача мяча.	1	31 нед	
32.	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Игра в футбол.	1	32 нед	
33.	Передачи мяча в парах. Подвижные игры: «Точная передача».	1	33 нед	
34.	Передачи мяча в парах. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	34 нед	
35.	Игра в мини-футбол.	1	35 нед	

## 6 класс

№ урока	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата проведения	
			по плану	факт
1.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Броски мяча двумя руками стоя на месте. Стойка игрока, передвижение в стойке.	1	1 нед	
2.	Ведение мяча на месте и в движении. Остановка в движении по звуковому сигналу.	1	2 нед	
3.	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Стойка игрока, передвижение в стойке.	1	3 нед	
4.	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча).	1	4 нед	
5.	Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой);	1	5 нед	
6.	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Беговые и прыжковые упражнения.	1	6 нед	

7.	Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает». Упражнения со скакалкой.	1	7 нед	
8.	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бег с ускорением.	1	8 нед	
9.	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Челночный бег.	1	9 нед	
10.	Игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами. Прыжки в длину с места.	1	10 нед	
11.	Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Упражнения на развитие силы.	1	11 нед	
12.	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	1	12 нед	
13.	Гандбол. Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры. Режим дня и режим питания. Ведение и передача мяча в парах.	1	13 нед	
14.	Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника).	1	14 нед	
15.	Перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота	1	15 нед	
16.	Блокирование, персональная опека.	1	16 нед	
17.	Тактика нападения.	1	17 нед	
18.	Основные принципы нападения. Расстановки.	1	18 нед	
19.	Тактика нападения. Основные принципы нападения.	1	19 нед	
20.	Спортивные игры с мячом. Эстафеты. «Салки». «Выбить цели».	1	20 нед	
21.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча.	1	21 нед	
22.	Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча. Игра пионербол.	1	22 нед	
23.	Подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Игра пионербол.	1	23 нед	
24.	Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Игра пионербол.	1	24 нед	
25.	Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Игра пионербол.	1	25 нед	
26.	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча в парах. Игра пионербол.	1	26 нед	
27.	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча в парах. Игра пионербол.	1	27 нед	
28.	Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка. Нижняя прямая подача мяча.	1	28 нед	
29.	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра пионербол.	1	29 нед	
30.	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра пионербол.	1	30 нед	
31.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом.	1	31	

	Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания. Ведение и передача мяча.		нед	
32.	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Игра в футбол.	1	32 нед	
33.	Передачи мяча в парах. Подвижные игры: «Точная передача»,	1	33 нед	
34.	Передачи мяча в парах. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	34 нед	
35.	Игра в мини-футбол.	1	35 нед.	

## 7 класс

№ урока	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата проведения	
			по плану	факт
1.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Броски мяча двумя руками стоя на месте. Стойка игрока, передвижение в стойке.	1	1 нед	
2.	Ведение мяча в движении. Остановка в прыжке.	1	2 нед	
3.	Передача мяча с отскоком об пол. Стойка игрока, передвижение в стойке.	1	3 нед	
4.	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча).	1	4 нед	
5.	Передача мяча двумя руками в движении (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой);	1	5 нед	
6.	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Беговые и прыжковые упражнения.	1	6 нед	
7.	Учебная игра баскетбол.	1	7 нед	
8.	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бег с ускорением.	1	8 нед	
9.	Учебная игра баскетбол.	1	9 нед	
10.	Штрафной бросок.	1	10 нед	
11.	Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Упражнения на развитие силы.	1	11 нед	
12.	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	1	12 нед	
13.	Гандбол. Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры. Режим дня и режим питания. Ведение и передача мяча в парах.	1	13 нед	
14.	Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника).	1	14 нед	
15.	Перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота.	1	15 нед	
16.	Блокирование, персональная опека.	1	16 нед	
17.	Тактика нападения.	1	17 нед	

18.	Основные принципы нападения. Расстановки.	1	18 нед	
19.	Тактика нападения. Основные принципы нападения.	1	19 нед	
20.	Спортивные игры с мячом. Эстафеты. «Салки».	1	20 нед	
21.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча.	1	21 нед	
22.	Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча. Игра волейбол.	1	22 нед	
23.	Верхняя и нижняя подача мяча.	1	23 нед	
24.	Верхняя и нижняя подача мяча, прием мяча. Игра в волейбол.	1	24 нед	
25.	Нападающий удар.	1	25 нед	
26.	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча. Игра волейбол.	1	26 нед	
27.	Подача и прием мяча. Игра волейбол.	1	27 нед	
28.	Здоровое питание. Утренняя гимнастика. Нижняя прямая подача мяча.	1	28 нед	
29.	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра волейбол.	1	29 нед	
30.	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра волейбол.	1	30 нед	
31.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Влияние физической культуры на развитие организма. Ведение, передача мяча внутренней стороны стопы.	1	31 нед	
32.	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Игра в футбол.	1	32 нед	
33.	Передачи мяча в парах.	1	33 нед	
34.	Передачи мяча в парах. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	34 нед	
35.	Передачи мяча в парах. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	35 нед.	

## 8 класс

№ уро ка	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата проведения	
			по плану	факт
1	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Броски мяча в кольцо. Стойка игрока, передвижение в стойке.	1	1 нед	
2	Передвижения, повороты, мяча в кольцо. Остановка в прыжке.	1	2 нед	
3	Передвижения, повороты, мяча в кольцо. Остановка в прыжке.	1	3 нед	
4	Штрафной бросок. Игра в баскетбол.	1	4 нед	

5	Штрафной бросок. Игра в баскетбол.	1	5 нед	
6	Защитные действия в игре.	1	6 нед	
7	Учебная игра баскетбол.	1	7 нед	
8	Защитные действия в игре.	1	8 нед	
9	Учебная игра баскетбол.	1	9 нед	
10	Штрафной бросок.	1	10 нед	
11	Защитные действия в игре.	1	11 нед	
12	Игра в баскетбол по правилам.	1	12 нед	
13	Гандбол. Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры. Режим дня и режим питания. Ведение и передача мяча в парах.	1	13 нед	
14	Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника).	1	14 нед	
15	Перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота	1	15 нед	
16	Блокирование, персональная опека.	1	16 нед	
17	Тактика нападения.	1	17 нед	
18	Основные принципы нападения. Расстановки.	1	18 нед	
19	Тактика нападения. Основные принципы нападения.	1	19 нед	
20	Броски мяча по воротам с дальнего расстояния. Учебная игра в гандбол.	1	20 нед	
21	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча.	1	21 нед	
22	Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча. Игра волейбол.	1	22 нед	
23	Приемы и передачи мяча.	1	23 нед	
24	Верхняя прямая подача мяча.	1	24 нед	
25	Нападающий удар.	1	25	

5			нед	
26	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча. Игра волейбол.	1	26 нед	
27	Подача и прием мяча. Игра волейбол.	1	27 нед	
2 8	Верхняя прямая подача мяча. Защитные действия.	1	28 нед	
2 9	Верхняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра волейбол.	1	29 нед	
3 0	Защитные действия. Игра волейбол.	1	30 нед	
3 1	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Пас внутренней частью стопы Пас подъёмом стопы.	1	31 нед	
3 2	Остановка мяча подъёмом стопы Остановка мяча грудью. Игра в футбол.	1	32 нед	
3 3	Остановка мяча бедром. Остановка мяча под подошвой.	1	33 нед	
3 4	Остановка мяча подъёмом стопы Остановка мяча грудью. Игра в футбол.	1	34 нед	
3 5	Удар по воротам Техники нанесения удара. Игра в футбол.			

## 9 класс

№ урока	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата проведения	
			по плану	факт
1.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Броски мяча в кольцо. Стойка игрока, передвижение в стойке.	1	1 нед	
2.	Передвижения, повороты, мяча в кольцо. Остановка в прыжке.	1	2 нед	
3.	Передвижения, повороты, мяча в кольцо. Остановка в прыжке.	1	3 нед	
4.	Штрафной бросок. Игра в баскетбол.	1	4 нед	
5.	Штрафной бросок. Игра в баскетбол.	1	5 нед	
6.	Защитные действия в игре.	1	6 нед	
7.	Учебная игра баскетбол.	1	7 нед	
8.	Защитные действия в игре.	1	8 нед	

9.	Учебная игра баскетбол.	1	9 нед	
10.	Учебная игра баскетбол.	1	10 нед	
11.	Защитные действия в игре.	1	11 нед	
12.	Игра в баскетбол по правилам.	1	12 нед	
13.	Гандбол. Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Ведение и передача мяча в парах. Удар по воротам.	1	13 нед	
14.	Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника). Игра в гандбол.	1	14 нед	
15.	Перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота	1	15 нед	
16.	Блокирование, персональная опека.	1	16 нед	
17.	Тактика нападения и защиты.	1	17 нед	
18.	Основные принципы нападения. Расстановки.	1	18 нед	
19.	Тактика нападения. Основные принципы нападения.	1	19 нед	
20.	Броски мяча по воротам с дальнего расстояния. Учебная игра в гандбол.	1	20 нед	
21.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча, прием мяча через сетку. Игра в волейбол.	1	21 нед	
22.	Нападающий удар. Игра в волейбол.	1	22 нед	
23.	Защита проектов на покупку товаров	1	23 нед	
24.	Геометрия, ее место в математике	1	24 нед	
25.	Нападающий удар. Игра в волейбол.	1	25 нед	
26.	Одиночное и групповое блокирование. Игра в волейбол.	1	26 нед	
27.	Нападающий удар.	1	27 нед	
28.	Одиночное и групповое блокирование. Игра в волейбол.	1	28 нед	
29.	Тактика и техника игры. Игра волейбол.	1	29 нед	
30.	Тактика и техника игры. Игра волейбол.	1	30 нед	
31.	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Удар с полулёта. Удар с лёта в центр мяча.	1	31 нед	
32.	Игра головой Техника удара головой Удар головой с места. Игра в футбол.	1	32 нед	
33.	Удар головой в прыжке Удар головой в прыжке с разбега. Игра в футбол.	1	33 нед	
34.	Остановка мяча подъёмом стопы Остановка мяча грудью. Игра в футбол	1	34 нед	

