

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

Исход. № 1 / В. И. Мухомов /Протокол № 1от «30» «08» 2022 г.**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УР

МБОУ «Красноключинская

СОШ» НМР РТ

Исход. № 1 / Г. С. Мухомов /от «30» «08» 2022 г.**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ «Красноключинская

СОШ» НМР РТ

Исход. № 1 / П. А. Яруллина /Приказ № 450от «01» «09» 2022 г.**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

по курсу

«Организация внеурочной деятельности в условиях введения ФГОС
основного общего образования»

Мухометшиной Резеды Минабовны, Аглиямова 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.
- рационально 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 приемы 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 корригирующей 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 управлениями 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 банных 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)

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 упрощённым правилам (мини-футбол). Игра в футбол по упрощённым 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 упрощённым 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 упрощённым 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

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Основные формы внеурочной деятельности обучающихся
1	Баскетбол	12	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.
2	Гандбол	8	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.
3	Пионербол	10	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.
4	Футбол	5	Дать представление о влиянии 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

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Основные формы внеурочной деятельности обучающихся
1	Баскетбол	12	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.
2	Гандбол	8	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.
3	Пионербол	10	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.

4	Футбол	5	Дать представление о влиянии 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

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Основные формы внеурочной деятельности обучающихся
1	Баскетбол	12	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. Научатся 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.
2	Гандбол	8	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.
3	Волейбол	10	Научатся 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.
4	Футбол	5	Дать представление о влиянии 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

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Основные формы внеурочной деятельности обучающихся
1	Баскетбол	12	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.
2	Гандбол	8	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.
3	Волейбол	10	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.
4	Футбол	5	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

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Основные формы внеурочной деятельности обучающихся
1	Баскетбол	12	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
2	Гандбол	8	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.
3	Волейбол	10	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
4	Футбол	4	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

№ ур ока	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 нед	

	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

№ ур ока	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

№ ур ока	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 организм. 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

№ ур ока	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	

