

Документ подписан электронной подписью  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Андреевская средняя школа имени Н.Н.Благова,  
Совина Валентина Сергеевна, директор  
Сертификат D69D7D151E062F291845FCCBA112F3E

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Андреевская средняя школа имени Н.Н. Благова

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО учителей эстетического  
направления, физической культуры, технологии и  
ОБЖ

Руководитель ШМО Л.С.Гладышева  
Протокол № 1 от « 30» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УВР  
Р.Х.Захарова  
Протокол № 1  
«30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы  
В.С.Совина  
Приказ № 208  
«01» сентября 2023 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

спортивно-оздоровительное направление

первый год занятий – 2023 - 2024 учебный год

Класс 6

Количество часов:

Всего 34 часа; в неделю: 1 час

Учитель: Тихонова Ольга Анатольевна

## Пояснительная записка. Нормативно-правовое обеспечение

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» ;
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 № 1726-р;
4. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
5. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
6. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека
7. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 года № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федеральных государственных образовательных стандартов общего образования»
8. Устав муниципального общеобразовательного учреждения Андреевской СШ
9. План внеурочной деятельности МОУ Андреевской СШ
10. Программа В.И. Лях, А.А. Зданевич «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов»

### **Уровень освоения** - стартовый

Программа внеурочной деятельности под названием «Спортивные игры» отнесена к программам **спортивно-оздоровительной направленности**. Ее цель и задачи направлены на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что организация образовательного процесса по этому профилю деятельности решает важную задачу: в недостатке двигательной активности кроется сегодня основная причина отклонений в физическом развитии и состоянии здоровья современных детей. Программа «Спортивные игры» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей. Программа «Спортивные игры» является продолжением курса «Физическая культура» раздела: спортивные игры

**Новизна** программы «Спортивные игры» в том, что она позволяет последовательно решать задачи физического воспитания, так как кратчайший путь к знаниям, к уму пролегает через радость, через игру, которая способствует раскованности, снимает многие противоречия, ставит ребёнка перед необходимостью выкладываться до конца.

### **Отличительными особенностями являются:**

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного курса.
2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.
3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.
4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией.
5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

#### **Адресат программы**

Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы внеурочной деятельности 12-14 лет. Условия набора обучающихся: принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Наполняемость в группе составляет 15 человек.

#### **Объём программы**

Программа рассчитана на 3 года обучения. 1 год обучения – 34 часа; 2 год обучения - 34 часа; 3 год обучения – 34 часа.

#### **Формы проведения занятий:**

Основными формами учебно-тренировочной работы во внеурочной деятельности являются: групповые занятия, участие в соревнованиях, теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- или видеозаписей, просмотра соревнований), медико-восстановительные мероприятия, культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах. Основными формами проведения занятий являются тренировки - игра.

Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки: техникой, тактикой или физической.
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 в баскетбол по правилам.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

#### **Режим занятий**

Занятия проводятся 1 раза в неделю по продолжительности занятий 40 мин.

#### **Цель:**

- укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.
- достижение гармоничного развития учащихся в целом

#### **Задачи:**

##### **Образовательные:**

- расширять объем знаний об истории спортивных игр;

- формировать устойчивый интерес учащихся к познанию спортивных игр.

**Развивающие:**

- формировать двигательные навыки и умения, развивать психофизические качества (быстрота, ловкость, гибкость, силу, выносливость и др.), прививать организаторские способности.
- развивать творческую составляющую личности учащихся, обогатить его двигательный опыт.
- развивать нравственные качества: честность, правдивость, выдержку, дисциплину, товарищество и эстетические чувства ребенка через беседы и совместную игровую деятельность;

**Воспитательные:**

- воспитать активную творческую личность;
- воспитать нравственные и эстетические чувства ребенка;
- прививать уважительное, внимательное отношение к близким людям;
- способствовать нравственному, умственному, эстетическому воспитанию.

**Предполагаемые результаты, формы, критерии их оценки:**

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы УУД.

**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.

**Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:**

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

## **2.1. Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности**

**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 внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**должны уметь:**

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- 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;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

**2.2. В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся смогут получить знания**

1. Волейбол: расстановку игроков на площадке, правила перехода играющих. Права и обязанности игроков; как предупредить травмы. Какими наказаниями подвергаются игроки при нарушении правил, правила игры в волейбол. Что такое тактика игры, ее содержание.
2. Баскетбол: правила игры в баскетбол, правила поведения игроков во время игры. Когда выполняются штрафные броски. Что значит «тактика игры», роль судьи, как организовать судейство, что такое зонная и персональная защита.
3. Мини-футбол: правила игры в мини-футбол, какими наказаниями подвергаются игроки при нарушении правил. Что значит «тактика игры», как организовать судейство, роль судьи, что такое зонная, комбинированная и персональная защита. Что такое позиционное нападение?

**могут научиться:**

1. Волейбол: выполнять нижнюю, боковую и верхнюю подачи. Принимать и передавать мяч сверху, снизу в парах после перемещений. Выполнять прямой нападающий удар, блокировать нападающие удары.

2. Баскетбол: выполнять передачу от груди, вести мяч правой и левой рукой, попеременно (правой-левой). Выполнять остановку прыжком и поворотом, броски по корзине двумя руками от груди, одной рукой от плеча. Выполнять ловлю и передачу мяча в парах в движении шагом. Ведение мяча в беге. Выполнение бросков в движении и на месте с различных положений и расстояния. Ведение мяча с обводкой.
  3. Мини-футбол: выполнять передачу и остановку мяча внутренней, внешней и передней частью стопы. Выполнять удары по воротам внутренней, внешней и передней частью стопы. Выполнять удары головой по мячу. Выполнять остановку мяча бедром, грудью. Играть корпусом и двигаться без мяча. Выполнять простые финты и дриблинги.
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
  - жесты судьи спортивных игр;
  - игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;
  - соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
  - выполнять технические приёмы и тактические действия;
  - контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
  - играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
  - демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
  - проводить судейство спортивных игр.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### Первый год обучения

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы знаний	1	1		тесты
2	Баскетбол	13	1	12	зачет
3	Волейбол	10	2	8	зачет
4	Футбол	9	1	8	зачет
5	Сдача нормативов	1		1	нормативы
	<b>ИТОГИ</b>	<b>34</b>	<b>5</b>	<b>29</b>	

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**Второй год обучения**

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы знаний	1	1		тесты
2	Баскетбол	13	1	12	зачет
3	Волейбол	10	1	9	зачет
4	Футбол	9	1	8	зачет
5	Сдача нормативов	1		1	нормативы
	<b>ИТОГИ</b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**Третий год обучения**

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы знаний	1	1		тесты
2	Баскетбол	13	1	12	зачет
3	Волейбол	11	1	10	зачет
4	Футбол	8	1	7	зачет
5	Сдача нормативов	1		1	нормативы
	<b>ИТОГИ</b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	

## **Содержание учебного плана Первый год обучения**

### **Общая физическая подготовка**

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.

Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Бег с высокого старта на 30, 40 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 3х15 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, с высоты до 50 см, в длину с места и в высоту с разбега, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Лазание по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты. стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

### **Баскетбол**

История отечественного спорта. Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях.

История баскетбола. Стойки и перемещения баскетболиста. Остановка прыжком, двумя шагами Повороты. Ведение мяча с изменением направления скорости; с сопротивлением. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Подвижные игры с элементами баскетбола. Передачи мяча в парах, в тройках, четверках на месте от груди, сверху; Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Передачи мяча в парах, в тройках, четверках от груди, сверху; с сопротивлением. Бросок от груди, головы со средней дистанции на месте, в прыжке, с сопротивлением. Зонная защита Двухсторонняя игра. Игра в баскетбол 3Х3 по упрощенным правилам. Игра в баскетбол по упрощенным правилам

### **Волейбол**

История волейбола. Стойки и перемещения волейболиста. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Подвижные игры с элементами волейбола. Передача мяча сверху над собой, у стены, в парах, через сетку. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча сверху и снизу после подачи сверху и снизу. Подвижные игры на развитие физических качеств. Игра волейбол по упрощенным правилам

### **Футбол**

История футбола Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях. Стойки и перемещения футболиста. Общая физическая подготовка. Двухсторонняя игра. Подвижные игры с элементами футбола. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема, по неподвижному мячу внешней частью подъема. Эстафеты с футбольными мячами.

Игра мини-футбол по упрощенным правилам. Игра футбол по упрощенным правилам

**Сдача нормативов физических качеств.** Сдача нормативов на овладение тактикой спортивных игр



## **Второй год обучения**

### **Общая физическая подготовка**

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, 50 метров. Бег с высокого старта на 30, 40, 50 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10 метров, 6x10 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого мяча на дальность и в цель. Метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями.

### **Баскетбол**

Режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание. Терминология баскетбола. Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях. Комбинации из элементов перемещений и владения мячом. Ведение мяча с изменением частоты отскока; с сопротивлением. Передачи мяча от груди в парах, в тройках в движении; с сопротивлением. Передачи мяча от груди в парах, в тройках в движении; с сопротивлением. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Бросок от груди со средней дистанции на месте, в прыжке, с сопротивлением. Бросок от головы со средней дистанции на месте, в прыжке, с сопротивлением. Подвижные игры с элементами баскетбола. Персональная опека игрока Двухсторонняя игра. Групповые действия Двухсторонняя игра. Игра в баскетбол 3X3 по упрощенным правилам. Игра в баскетбол по упрощенным правилам

### **Волейбол**

Терминология волейбола. ТБ на занятиях. Комбинации из передвижений и владения мячом. Передача мяча снизу над собой, у стены, в парах, через сетку. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Подвижные игры с элементами волейбола. Передача мяча сверху и снизу в парах, у стены, в тройках, со сменой мест. Верхняя прямая подача мяча. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Подвижные игры на развитие физических качеств. Игра волейбол по упрощенным правилам

### **Футбол**

Терминология футбола. Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком, серединой лба (по летящему мячу). Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Эстафеты с футбольными мячами. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Подвижные игры на развитие физических качеств. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шага, ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным и активным сопротивлением. Игра футбол, мини-футбол по упрощенным правилам.

**Сдача нормативов физических качеств.** Сдача нормативов на овладение тактикой спортивных игр

## Третий год обучения

### Общая физическая подготовка

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, 50 метров. Бег с высокого старта на 60 - 100 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10 метров, 6x10 метров, длительный бег 10-12 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями. Длинные кувырки через препятствия высотой 60 см.

### Баскетбол

Здоровый образ жизни. Вредные привычки. Правила и организация соревнований по баскетболу Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях. Комбинации из элементов перемещений и владения мячом. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Подвижные игры с элементами баскетбола. Ведение мяча с изменением частоты отскока; с сопротивлением. Передачи мяча от груди в парах, в тройках в движении; с сопротивлением. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Эстафеты с баскетбольными мячами. Штрафной бросок, бросок с линии трех очков. Сочетание приемов: ведение, передача, бросок; с сопротивлением. Подвижные игры с элементами баскетбола. Финты, выбивание, вырывание, перехват. Игра в баскетбол, стрит-бол по правилам

### Волейбол

Правила и организация соревнований по волейболу. Комбинации из передвижений и владения мячом. Чередование передачи сверху и снизу на месте, у стены, в парах, через сетку. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Подвижные игры с элементами волейбола. Передача мяча сверху и снизу, стоя спиной к сетке. Прямой нападающий удар. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Блокирование. Комбинации: прием, передача, удар. Игра волейбол по правилам

### Футбол

Правила и организация соревнований по футболу Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шага, ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным и активным сопротивлением. Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра. Эстафеты с футбольными мячами. Удары по воротам. Игра вратаря. Комбинация: ведение, пас, прием мяча, остановка, удар по воротам. Игра футбол, мини-футбол по правилам.

**Сдача нормативов физических качеств.** Сдача нормативов на овладение тактикой спортивных игр

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Первый год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)	Причина изменения даты
1	История отечественного спорта. Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях	1	теория	тест			
2	История баскетбола	1	теория	тест			
3	Стойки и перемещения баскетболиста.	1	метод упражнений	текущий			
4	Остановка прыжком, двумя шагами Повороты	1	метод упражнений	текущий			
5	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
6	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	игровой	текущий			
7	Ведение мяча с изменением направления скорости; с сопротивлением	1	метод упражнений	текущий			
8	Передачи мяча в парах, в тройках, четверках на месте от груди, сверху;	1	метод упражнений	текущий			
9	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	игра			
10	Передачи мяча в парах, в тройках, четверках от груди, сверху; с сопротивлением.	1	метод упражнений	текущий			
11	Бросок от груди, головы со средней дистанции на месте, в прыжке, с сопротивлением	1	метод упражнений	текущий			
12	Зонная защита Двухсторонняя игра	1	игровой	текущий			
13	Игра в баскетбол 3Х3 по упрощенным правилам	1	соревновательный	текущий			

14	Игра в баскетбол по упрощенным правилам	1	соревновательный	зачеты по теоретическим основам знаний			
15	История волейбола	1	теория	тест			
16	Стойки и перемещения волейболиста	1	метод упражнений	текущий			
17	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
18	Подвижные игры с элементами волейбола	1	игровой	текущий			
19	Передача мяча сверху над собой, у стены, в парах, через сетку	1	метод упражнений	текущий			
20	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
21	Нижняя прямая подача мяча	1	метод упражнений	текущий			
22	Прием мяча сверху и снизу после подачи сверху и снизу	1	метод упражнений	текущий			
23	Подвижные игры на развитие физических качеств	1	игровой	текущий			
24	Игра волейбол по упрощенным правилам	1	соревновательный	текущий			
25	История футбола Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях	1	теория	тест			
26	Стойки и перемещения футболиста	1	метод упражнений	текущий			
27	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
28	Подвижные игры с элементами футбола	1	игровой	зачеты по теоретическим основам знаний			
29	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней	1	метод упражнений	текущий			

	частью подъема						
30	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема, по неподвижному мячу внешней частью подъема	1	метод упражнений	текущий			
31	Эстафеты с футбольными мячами	1	соревновательный	текущий			
32	Игра мини-футбол по упрощенным правилам	1	игровой	текущий			
33	Игра футбол по упрощенным правилам	1	соревновательный	текущий			
34	Сдача нормативов физических качеств	1	тестирование	нормативы			
	Итого	34 часа					

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Второй год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)	Причина изменения даты
1	Режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание.	1	теория	тест			
2	Терминология баскетбола. Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях.	1	теория	тест			
3	Комбинации из элементов перемещений и владения мячом	1	метод упражнений	текущий			
4	Ведение мяча с изменением частоты отскока; с сопротивлением	1	метод упражнений	текущий			
5	Передачи мяча от груди в парах, в тройках в движении; с сопротивлением.	1	метод упражнений	текущий			
6	Передачи мяча от груди в парах, в тройках в движении; с сопротивлением	1	метод упражнений	текущий			
7	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
8	Бросок от груди со средней дистанции на месте, в прыжке, с сопротивлением	1	метод упражнений	текущий			
9	Бросок от головы со средней дистанции на месте, в прыжке, с сопротивлением	1	метод упражнений	текущий			
10	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	игровой	текущий			
11	Персональная опека игрока Двухсторонняя игра	1	игровой	текущий			
12	Групповые действия Двухсторонняя игра	1	игровой	зачеты по теоретическим основам знаний			
13	Игра в баскетбол 3Х3 по упрощенным правилам	1	соревновательный	текущий			

14	Игра в баскетбол по упрощенным правилам	1	соревновательный	текущий			
15	Терминология волейбола. ТБ на занятиях	1	теория	тест			
16	Комбинации из передвижений и владения мячом	1	метод упражнений	текущий			
17	Передача мяча снизу над собой, у стены, в парах, через сетку	1	метод упражнений	текущий			
18	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	игра			
19	Подвижные игры с элементами волейбола	1	игровой	текущий			
20	Передача мяча сверху и снизу в парах, у стены, в тройках, со сменой мест	1	метод упражнений	текущий			
21	Верхняя прямая подача мяча	1	метод упражнений	текущий			
22	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
23	Подвижные игры на развитие физических качеств	1	игровой	текущий			
24	Игра волейбол по упрощенным правилам	1	соревновательный	зачеты по теоретическим основам знаний			
25	Терминология футбола. Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях	1	теория	тест			
26	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком, серединой лба (по летящему мячу)	1	метод упражнений	текущий			
27	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
28	Эстафеты с футбольными мячами	1	соревновательный	текущий			
29	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	1	метод упражнений	текущий			
30	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	1	метод упражнений	текущий			

31	Подвижные игры на развитие физических качеств	1	игровой	текущий			
32	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шага, ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным и активным сопротивлением	1	метод упражнений	зачеты по теоретическим основам знаний			
33	Игра футбол, мини-футбол по упрощенным правилам	1	соревновательный	Игра			
34	Сдача нормативов физических качеств	1	тестирование	нормативы			
	Итого	34 часа					



## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Третий год обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)	Причина изменения даты
1	Здоровый образ жизни. Вредные привычки	1	теория	тест			
2	Правила и организация соревнований по баскетболу Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях	1	теория	тест			
3	Комбинации из элементов перемещений и владения мячом	1	метод упражнений	текущий			
4	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
5	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	игровой	текущий			
6	Ведение мяча с изменением частоты отскока; с сопротивлением	1	метод упражнений	текущий			
7	Передачи мяча от груди в парах, в тройках в движении; с сопротивлением.	1	метод упражнений	текущий			
8	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
9	Эстафеты с баскетбольными мячами	1	соревновательный	текущий			
10	Штрафной бросок, бросок с линии трех очков	1	метод упражнений	текущий			
11	Сочетание приемов: ведение, передача, бросок; с сопротивлением	1	метод упражнений	текущий			
12	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	игровой	игра			
13	Финты, выбивание, вырывание, перехват.	1	метод упражнений	текущий			
14	Игра в баскетбол, стрит-бол по правилам	1	соревновательный	зачеты по теоретическим основам знаний			
15	Правила и организация соревнований по волейболу	1	теория	тест			

16	Комбинации из передвижений и владения мячом	1	метод упражнений	текущий			
17	Чередование передачи сверху и снизу на месте, у стены, в парах, через сетку	1	метод упражнений	текущий			
18	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
19	Подвижные игры с элементами волейбола	1	игровой	текущий			
20	Передача мяча сверху и снизу, стоя спиной к сетке	1	метод упражнений	текущий			
21	Прямой нападающий удар	1	метод упражнений	текущий			
22	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	игра			
23	Блокирование	1	метод упражнений	текущий			
24	Комбинации: прием, передача, удар	1	метод упражнений	текущий			
25	Игра волейбол по правилам	1	соревновательный	зачеты по теоретическим основам знаний			
26	Правила и организация соревнований по футболу Техника безопасности при занятиях и спортивных мероприятиях	1	теория	тест			
27	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шага, ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным и активным сопротивлением	1	метод упражнений	текущий			
28	Общая физическая подготовка Двухсторонняя игра	1	круговой тренировки	текущий			
29	Эстафеты с футбольными мячами	1	соревновательный	текущий			
30	Удары по воротам	1	метод упражнений	текущий			
31	Игра вратаря	1	метод упражнений	текущий			
32	Комбинация: ведение, пас, прием мяча,	1	тестирование	зачеты по теоретическим			

	остановка, удар по воротам			им основам знаний			
33	Игра футбол, мини-футбол по правилам	1	соревновательный	игра			
34	Сдача нормативов физических качеств	1	тестирование	нормативы			
	Итого	34 часа					

## Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение программы:

Оборудование спортзала:

1. Стенка гимнастическая.
3. Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.
4. Скакалка детская.
5. Мат гимнастический.
6. Кегли.
7. Щит баскетбольный тренировочный.
8. Волейбольная сетка универсальная.
9. Сетка волейбольная.

Пришкольный стадион (площадка),

1. игровое поле для мини-футбола.
2. площадка для игры в баскетбол, волейбол.

Место проведения: в спортивном зале (холодное время года), на спортивной площадке (в теплое время года).

## **Формы аттестации и оценочные материалы**

### Мониторинг результатов освоения программы:

- зачеты по теоретическим основам знаний (ежегодно);
- мониторинг личностного развития воспитанников (ежегодно)
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей (ежегодно);
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (ежегодно);
- участие в соревнованиях;
- сохранность контингента;

### Формы подведения итогов:

- спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного и городского масштабов

## Методические материалы

- разработки игр, бесед, походов, экскурсий, конкурсов;
- рекомендации по проведению практических работ;

Методическое сопровождение учебной работы педагога:

- методика мониторинга усвоения обучающимися учебного материала;
- методика диагностики (стимулирования) творческой активности обучающихся;
- авторские методики проведения занятия по конкретной теме;
- методы обновления содержания образовательного процесса;
- воспитательной работы педагога:
- методика формирования коллектива;
- методика выявления неформального лидера в коллективе;
- методика организации воспитательной работы;
- работы педагога по организации учебного процесса:
- методика комплектования учебной группы;
- методика анализа результатов деятельности;
- массовой работы:
- методика организации и проведения массового мероприятия (выставки, конкурса, соревнования, праздника, игровой программы);

### Литература для учителя

1. Баранцев, С.А., Береуцин, Г.В. и др. Физкультурно-оздоровительная работа в школе: Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1988.
2. Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания, М.: «Просвещение» 2012.
3. Садыкова, С.Л. Физическая культура. 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время. – Волгоград: Учитель, 2008.
4. Грасис А.М. Специальные упражнения баскетболиста. - М.: Физкультура и спорт
5. Ю.Д.Железняк, Л.Н.Слупский. Волейбол в школе; Просвет; 1989
6. М.Кук Сто одно упражнение для юных футболистов –М; АСТ; 2003

### Литература для учащихся

1. Маюров, А.Н., Маюров, Я.А. В здоровом теле – здоровый дух. Учебное пособие для ученика и учителя. – М., Педагогическое общество России, 2004.

2. Садыкова, С.Л. Физическая культура. 1-11 классы: подвижные игры на уроках и во внеурочное время. – Волгоград: Учитель, 2008.

### Электронные образовательные ресурсы

1. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.
2. [http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject\[\]=38](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38)
3. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». [\http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9)
4. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&tmpl=com](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com)
5. Образовательные сайты для учителей физической культуры [http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9)
6. Сайт учителя физкультуры Белкина Андре Евгеньевича [http://fizkulturavshcole.narod.ru/saiti\\_dlya\\_uchitelei\\_fizkulturi/](http://fizkulturavshcole.narod.ru/saiti_dlya_uchitelei_fizkulturi/)
7. Сайт "Я иду на урок физкультуры" <http://spo.1september.ru/urok/>
8. Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>
9. [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&lib\\_no=32922&tmpl=lib](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib) сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры
10. <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры
11. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
12. <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"