

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Министерство образования Кировской области  
Департамент образования администрации города Кирова  
МБОУ ООШ №7 г. Кирова

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО учителей ХЭЦ

\_\_\_\_\_ А.В. Стрелкова

Протокол №1

от "29" августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Директор

МБОУ ООШ № 7 г. Кирова

\_\_\_\_\_ Е.Л. Бондаренко

Приказ № 53-од

от "29" августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**курса внеурочной деятельности  
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» по направлению  
«Занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей  
обучающихся в творческом и физическом развитии, помощь в  
самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов»**

**5–9 классы**

Киров, 2024

# **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

## **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие **личностные результаты**:

готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные познавательные учебные действия**:

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья, руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм ишибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные коммуникативные учебные действия**:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения;

и планировать последовательность решения задач обучения, оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные регулятивные учебные действия**:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

К концу обучения *в 5 классе* обучающийся научится:

выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;

осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;

выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);

футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега).

К концу обучения **в 6 классе** обучающийся научится:

измерять индивидуальные показатели физических качеств, определять их соответствие возрастным нормам и подбирать упражнения для их направленного развития;

контролировать режимы физической нагрузки по частоте пульса и степени утомления организма по внешним признакам во время самостоятельных занятий физической подготовкой;

готовить места для самостоятельных занятий физической культурой и спортом в соответствии с правилами техники безопасности и гигиеническими требованиями;

отбирать упражнения оздоровительной физической культуры и составлять из них комплексы физкультминуток и физкультпауз для оптимизации работоспособности и снятия мышечного утомления в режиме учебной деятельности;

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (технические действия без мяча, броски мяча двумя руками снизу и от груди с места, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (ведение мяча с разной скоростью передвижения, с ускорением в разных направлениях, удар по катящемуся мячу с разбега, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения **в 7 классе** обучающийся научится:  
тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:  
баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола, броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения **в 8 классе** обучающийся научится:  
тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:  
баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча, бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы, тактические действия игроков в нападении и защите, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения **в 9 классе** обучающийся научится:  
отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек, обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;

совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях

игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА**

### **5 КЛАСС**

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении, ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой», бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча, приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении, ранее разученные технические действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега, остановка катящегося мяча способом «наступания», ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой», обводка мячом ориентиров (конусов).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

### **6 КЛАСС**

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста, прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу, остановка двумя шагами и прыжком.

Упражнения с мячом: ранее разученные упражнения в ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в корзину.

Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.

Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча, его приеме и передаче двумя руками снизу и сверху.

Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в остановке и передаче мяча, его ведении и обводке.

## **7 КЛАСС**

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола, бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину.

Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника, передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

## **8 КЛАСС**

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками, передача мяча одной рукой от плеча и снизу, бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Волейбол. Прямой нападающий удар, индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы, остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-футбол, технические и тактические действия. Игровая деятельность по правилам мини-футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (девушки). Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (юноши).

## **9 КЛАСС**

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.

Волейбол. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника, приёмы и передачи на месте и в движении, удары и блокировка.

Футбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, приёмы и передачи, остановки и удары по мячу с места и в движении.



Программа внеурочной деятельности связана с Рабочей программой воспитания МБОУ ООШ №7 г. Кирова по целевым ориентирам основного общего образования.

### Тематическое планирование 5 класс

№	Тема урока	Количество часов
1	Экскурсия в страну «Спортландия». Правила безопасности на занятиях подвижными играми. Игра «К своим флажкам».	1
2	Общеразвивающие упражнения. Игра «Пятнашки».	1
3	Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра «Прыгающие воробышки»	1
4	Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
5	Развитие скоростных способностей . Эстафеты с бегом и прыжками	1
6	Развитие скоростных способностей. Эстафеты.	1
7	Развитие выносливости. Прыжки со скакалкой.	1
8	Общеразвивающие упражнения. Игра «Зайцы в огороде».	1
9	Спортивный праздник «Мы сильные, мы ловкие»	1
10	Правила безопасности на занятиях подвижными играми. Игра «Лисы и куры».	1
11	Общеразвивающие упражнения с предметами: с малым мячом. Игра «Играй, играй, мяч не теряй»	1
12	Игры с прыжками с использованием скакалки.	1
13	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Третий лишний»	1
14	Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой. Развитие силовых способностей. Ползание по гимнастической скамейке.	1
15	Развитие силовых способностей и гибкости. Лазание по гимнастической стенке.	1
16	Спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья».	1
17	Правила безопасности на занятиях баскетболом. Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.	1
18	Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит.	1
19	Бросок мяча в корзину. Тестирование силовых способностей: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность.	1
20	Спортивный праздник «Страна баскетболия».	1

21	Развитие координационных способностей.	1
22	Тестирование координационных способностей.	1
23	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Два мороза».	1
24	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Космонавты».	1
25	Спортивный праздник: «Проводы русской зимы - масленица».	1
26	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход.	1
27	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Броски мяча в парах, в стенку, через сетку.	1
28	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. Упражнения с набивным мячом.	1
29	Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления.	1
30	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. Передача мяча через сетку с места.	1
31	Правила безопасности на занятиях мини-футболом. Удар по неподвижному и катящему мячу.	1
32	Остановка мяча, ведение мяча. Остановка мяча, ведение мяча.	1
33	Остановка мяча, ведение мяча.	1
34	Турнир по мини-футболу.	1

**Тематическое планирование  
6 класс**

<b>№ п/ п</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятия</b>
<b>БАСКЕТБОЛ – 12 часов</b>		
1	1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом. История возникновения игры. Передвижения, остановки, повороты и стойки баскетболиста.
2	1	Передвижения, остановки, повороты и стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте.
3	1	Ловля и передача мяча (разными способами) на месте и в движении. Учебная игра по упрощенным правилам.
4	1	Ловля и передача мяча (разными способами) на месте и в движении. Вырывание, выбивание.
5	1	Ведение мяча на месте, по прямой, с изменением направления движения и скорости.
6	1	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Баскетбол игра по правилам. Ведение мяча на месте, по прямой, с изменением направления движения и скорости.
7	1	Броски мяча разными способами, на месте, в движении. Вырывание, выбивание. Учебная игра по упрощенным правилам.
8	1	Броски мяча разными способами, на месте, в движении. Учебная игра по упрощенным правилам. Правила игры. Жесты судьи.
9	1	Вырывание, выбивание. Учебная игра по упрощенным правилам.
10	1	Ловля и передача мяча (разными способами) на месте и в движении. Вырывание, выбивание.
11	1	Броски мяча разными способами. Тактика и техника игры в баскетбол. Контрольные игры и соревнования.
12	1	Тактика и техника игры в баскетбол. Контрольные игры и соревнования.
<b>ВОЛЕЙБОЛ – 12 часов</b>		
13	1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения и развития спортивной игры волейбол.

		Перемещения и стойки волейболиста.
14	1	Перемещения и стойки волейболиста.
15	1	Прием и передача мяча сверху двумя руками на месте, после перемещения. Игра по упрощенным правилам.
16	1	Прием и передача мяча сверху двумя руками на месте, после перемещения.
17	1	Технические действия и тактика игры. Правила игры в волейбол, жесты судьи. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Игра по упрощенным правилам.
18	1	Прием и передача мяча снизу двумя руками. Командные действия. Расположение игроков при приеме
19	1	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование. Нападающий удар. Игра по упрощенным правилам.
20	1	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование. Нападающий удар.
21	1	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху. Командные действия. Расположение игроков при приеме.
22	1	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху. Командные действия. Расположение игроков при приеме.
23	1	Тактика игры. Контрольные игры и соревнования.
24	1	Тактика игры. Контрольные игры и соревнования.
<b>НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС – 10 часов</b>		
25	1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ на занятиях настольным теннисом. История возникновения и развития игры настольный теннис. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка
26	1	Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка.
27	1	Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка.
28	1	Изучение хваток, плоскостей вращения мяча, выпадов. Передвижение игрока приставными шагами.
29	1	Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи.

30	1	Обучение техники подачи прямым ударом, совершенствование плоскостей вращения мяча
31	1	Технические действия и тактика игры. Правила игры. Основы техники и тактики игры. Обучение подачи «Маятник». Игра – подача. Учебная игра с элементами подач.
32	1	Обучение подачи «Веер», техника подачи «Маятник». Соревнования в группах. Обучение технике «срезка» мяча справа, слева.
33		Совершенствование подачи «Маятник», «Веер», техника отскока мяча в игре. Учебная игра
34		Совершенствование техники «срезки» слева, справа в игре. Учебная игра.

### Тематическое планирование 7 класс

№ п\п	Тема	Количество часов
1	<b>Баскетбол.</b> История и развитие современного баскетбола Гигиенические требования к инвентарю и спортивной одежде. Предупреждение травм при занятиях баскетболом	1
2	Права и обязанности игроков. Упрощенные правила игры. Основы судейской терминологии Значение общей физической подготовки для развития спортсмена	1
3	Остановки баскетболиста. Стойки и перемещения баскетболиста	1
4	Остановка в два шага и прыжком после звукового сигнала. Игра «Салки» с остановками прыжком, в два шага.	1
5	Ловля и передача двумя руками от груди на месте и в движении без сопротивления защитника. Передача мяча с отскоком от пола (в парах, в тройках, квадрате, круге, колоннах, эстафеты)	1
6	Ловля и передача одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, в тройках, квадрате, круге, колоннах, эстафеты) Ловля и передача двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитник	1
7	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.	1
8	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.	1
9	Игры с ведением мяча: «Салки» с ведением по линиям, по всей площадке.	1
10	Игры с ведением мяча: в парах, в группах по 3-4 человека,	1
11	Эстафеты с ведением мяча	1
12	Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	1
13	<b>Волейбол.</b> История и развитие волейбола.	1

14	Права и обязанности игроков. Упрощенные правила игры. Основы судейской терминологии Значение общей физической подготовки для развития спортсмена.	1
15	Стойки игрока.	1
16	Перемещение в стойке	1
17	Передача мяча	1
18	Передачи мяча над собой.	1
19	Нижняя прямая подача с середины площадки	1
20	Нижняя прямая подача с середины площадки	1
21	Прием мяча	1
22	Прием мяча	1
23	Подвижные игры и эстафеты	1
24	Подвижные игры и эстафеты	1
25	<b>Футбол.</b> История и развитие футбола. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной одежде. Предупреждение травм при занятиях футболом.	1
26	Права и обязанности игроков. Упрощенные правила игры. Основы судейской терминологии Значение общей физической подготовки для развития спортсмена	1
27	Стойки и перемещения игрока	1
28	Удары по неподвижному и катящемуся мячу	1
29	Удары по неподвижному и катящемуся мячу	1
30	Передачи мяча в парах	1
31	Передачи мяча в парах	1
32	Передачи мяча в парах	1
33	Подвижные игры	1
34	Подвижные игры	1
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>

### Тематическое планирование 8 класс

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
<b>Баскетбол</b>			<b>12</b>
<i>Технические действия:</i>			
1	Стойки и перемещения	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком.	1

2	Остановки баскетболиста	Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	1
3	Передачи мяча	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника, с пассивным сопротивлением защитника.	1
4	Ловля мяча		1
5	Ведение мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления и с пассивным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой.	1
6	Броски в кольцо	Броски одной и двумя руками с места, в движении (после ведения, после ловли) и в прыжке с противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,80 метра.	1
<i>Тактические действия:</i>			
7	Игра в защите	Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	1
8	Игра в нападении	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Нападение быстрым прорывом(3:2). Взаимодействие двух игроков в нападение и защите через «заслон».	1
9	Диагностирование и тестирование	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	1
10	Участие в соревнованиях	Игра по правилам мини- баскетбола. Участие в соревнованиях.	3
<b>Волейбол</b>			<b>12</b>
1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2 3:3)	2
2	Прямой нападающий удар	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	2
3	Совершенствование верхней прямой подачи	Верхняя прямая подача в заданную зону площадки.	2

4	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	Прием мяча с подачи. Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.	2
5	Двусторонняя учебная игра	Игры и игровые задания по упрощенным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков. Взаимодействие игроков на площадке в нападении и защите. Игра по правилам.	2
6	Одиночное блокирование	Прием мяча, отраженного сеткой. Одиночное блокирование и страховка. Действия и размещение игроков в защите. «Доигрывание» мяча.	1
7	Страховка при блокировании		1
<b>Футбол</b>			<b>9</b>
1	Удар по мячу	Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Остановка катящегося, летящего мяча. Удар головой (по летящему мячу). Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Удары ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) мишень внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в вертикальную (полоса шириной 2 метра, длиной 5-6 метров) мишень	2
2	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника, ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения.	2
3	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.	3
4	Участие в соревнованиях Физическая подготовка в процессе занятий	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	2
	Итоговое мероприятие «Лестница успеха»		1
<b>Итого</b>			<b>34</b>



## Тематическое планирование 9 класс

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов
<b>Баскетбол</b>			<b>12</b>
<i>Технические действия:</i>			
1	Стойки и перемещения	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	1
2	Остановки баскетболиста		1
3	Передача и ловля мяча	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления, с пассивным и активным сопротивлением защитника.	1
4	Ведение мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления, с пассивным и активным защитника ведущей и не ведущей рукой.	1
5	Броски в кольцо	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли), в прыжке, без сопротивления защитника, с противодействием.	1
<i>Тактические действия:</i>			
6	Игра в защите	Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Позиционное нападение без изменения позиций игроков, с изменением позиций, личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Тактические действия в нападении. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Взаимодействие двух, трех игроков в нападение и защите через «заслон». Взаимодействие игроков (тройка и малая восьмерка).	1
7	Игра в нападении		1
8	Диагностирование и тестирование	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	1
9	Двухсторонняя игра	Игра по правилам баскетбола.	1

10	Судейство и организация соревнований	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству.	1
11	Участие в соревнованиях	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	2

<b>Волейбол</b>			<b>12</b>
1	Верхняя передача двумя руками в прыжке	Передача мяча у сетке и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	1
2	Передача двумя руками назад		1
3	Прямой нападающий удар	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Прямой нападающий удар при встречных передачах.	1
4	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.	2
5	Одиночное блокирование и страховка	Одиночное блокирование и страховка	1
6	Двусторонняя учебная игра	Игры и игровые задания по упрощенным правилам. Игра по правилам. Взаимодействие игроков линии защиты и нападения.	2
7	Командные тактические действия в нападении и защите	Взаимодействие игроков на площадке в нападении и защите. Игры и игровые задания по усложненным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков.	2
8	Судейская практика	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству. Жесты судьи.	1
9	Соревнования	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	1
<b>Футбол</b>			<b>10</b>
<i>Техника игры:</i>			
1	Удары по мячу, остановка мяча	Удары по воротам указанными способами на точность(меткость) попадания мячом в цель. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	1

2	Ведение мяча, ложные движения (финты)	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника, ведущей и не ведущей ногой. Ложные движения.	1
3	Отбор мяча, перехват мяча	Перехват, выбивание мяча. Удар (пас), прием мяча, остановка.	1
4	Вбрасывание мяча	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.	1
5	Техника игры вратаря	Игра вратаря	1

*Тактика игры:*

6	Тактические действия, тактика вратаря	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Команды действия. Взаимодействие защитников и вратаря.	1
7	Тактика игры в нападении и защите	Нападения и защита в игровых заданиях с атакой и без атаки ворот. Игра по правилам.	1
8	Судейская практика	Игра по правилам с привлечением учащихся к судейству.	1
9	Соревнования	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	1
	Итоговое мероприятие «Лестница успеха»		1
<b>Итого</b>			<b>34</b>

**Форма проведения занятий:** спортивная секция.

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

- Физическая культура, 5-9 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

- Физическая культура, 5-9 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)