

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«№3 основная общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНА  
Протокол педагогического  
совета  
От 28.08.2023 №1

УТВЕРЖДЕНА  
приказом  
МБОУ «ООШ №3» от  
28.08.2023 №

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
«Спортивные игры»  
2-8классы**

Составитель  
Ткаченко М.И,  
Учитель  
физической культуры

**Личностными результатами** освоения, учащимися являются следующие умения:

- Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
- Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
- Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
- Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
- 

**Метапредметными результатами** освоения, учащимися следующие умения:

- Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
- Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.
- Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.
- Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.
- Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.
- Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
- Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
- Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека. Оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами.
- Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
- Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.**

№ п/п	Темы разделов	Основные виды и формы деятельности
1	Основы знаний о физической культуре	<p>Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных играх: понятия правил игры, выработка правил игры.</p> <p>Инструктаж по технике безопасности. Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.</p> <p>История развития спортивных игр и первых соревнований. Наши соотечественники — олимпийские чемпионы. Баскетбол, волейбол, футбол в Российской Федерации на современном этапе.</p>
2	Соревновательная деятельность	<p>Товарищеские игры (соревнования) осуществляются на внутшкольном, районном, городском уровнях, где занимающиеся соревнуются с другими командами.</p>
3	Баскетбол	<p>На овладение техникой перемещений, остановок, поворотов и стоек. - стойки игрока; перемещения; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. На освоение ловли и передач мяча. - ловля и передача двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). На освоение техники ведения мяча, ведение в низкой, средней, высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления и скорости; правой, левой рукой. На овладение техникой бросков мяча. - броски одной и двумя с места и в движении (после ведения, ловли) . На освоение индивидуальной техники защиты. - вырывание, выбивание мяча. На освоение тактики игры. - тактика свободного нападения; позиционное нападение(5:0) без изменений позиций игрока; нападение быстрым прорывом (1:0); взаимодействие двух игроков «Отдай мяча и выйди». На овладение и комплексное развитие психомоторных способностей. - игра по</p>

		<p>упрощённым правилам мини-баскетбола», игровые задания 2:1,3:1,3:2,3:3.</p> <p>Основные виды деятельности: Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в б/б.</p> <p>Повторяют правила т/ б при проведении б/б; выполняют комплекс ОРУ у с мячом; изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки; знакомятся с терминологией игры в б/б.</p> <p>Изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки. Осваивают основные приемов игры в б/б. Изучают технику ловли и передачи мяча различными способами; проведение специальных упражнений. Выполняют специальные упражнения для закрепления и совершенствования основных приемов игры в б/б, в мини-б/б. Осваивают основные приёмы игры в б/б. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Совершенствуют и корректируют технику выполнения ловли, передачи и ведения различными способами. Решают задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий; Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.</p>
4	Настольный теннис	<p>Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры.</p> <p>Техника перемещений.Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.</p>
5	Волейбол	<p>На овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек. Стойки игрока, перемещения в стойке. На освоение техники приёма и передач мяча. - передачи сверху двумя на месте и после перемещения вперёд; передачи мяча над собой; то же через сетку. На освоение</p>

		<p>техники нижней прямой подачи. - нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-5 м. от сетки. На освоение техники прямого нападающего удара. - прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Ориентирование в пространстве. - жонглирование, упр. на быстроту и точность реакций, прыжки в заданном ритме.</p> <p>Основные виды деятельности:</p> <p>Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в в/б. Повторяют правила т/ б при проведении в/б; изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки; знакомятся с терминологией игры в б/б. Изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки. Осваивают основные приемы игры в в/бол. Изучают технику передачи мяча различными способами; проведение специальных упражнений. Выполняют специальные упражнения для закрепления и совершенствования основных приемов игры в в/б. Осваивают основные приёмы игры в в/б. Выполняют контрольные тесты. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Совершенствуют и корректируют технику выполнения передачи и подачи. Решают задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий; Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.</p>
6	Футбол	<p>На овладение техникой перемещений, остановок, поворотов и стоек. Старты из различных и. п.; стойки игрока, перемещения приставными шагами, боком. На освоение ударов по мячу и остановок мяча. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком, серединой лба; вбрасывание из-за боковой линии с места, с шага. На освоение техники ведения мяча. ведение по прямой с изменением направления и скорости с пассивным сопротивлением. На освоение</p>

		<p>техники ударов по воротам, удары по воротам на точность попадания мячом в цель. На освоение индивидуальной техники защиты.</p> <p>Перехват мяча, игра вратаря. На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров; игры и игровые задания. На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров; игры и игровые задания.</p> <p>Основные виды деятельности:</p> <p>Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в ф/б. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий. Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Выполняют правила игры. Организуют совместные занятия ф/б со сверстниками.</p>
--	--	--

## Тематическое планирование

### 2 класс

#### **Баскетбол ( 9ч)**

Инструктаж по ТБ. История и правила игры. Развитие физических качеств. Стойки и передвижения игрока. Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей. Развитие координационных способностей. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Развитие координационных способностей. Ведение мяча с разной высотой отскока. Основные правила и приемы игры. Ведение с изменением направления. Развитие координационных способностей. Комбинация из разученных элементов. Игра по упрощенным правилам. Бросок мяча после ведения два шага. Развитие координационных качеств. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств.

#### **Настольный теннис ( 7 ч)**

Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису. Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка. Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи. Обучение подачи «Маятник». Игра – подача. Учебная игра с элементами подач. Обучение подачи «Веер», техника подачи «Маятник». Соревнования в группах. Обучение технике «срезка» мяча справа, слева. Совершенствование техники «срезки» слева, справа в игре.

#### **Волейбол (9 ч)**

Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах. Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола. Передачи мяча сверху и снизу на точность после перемещения. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием. Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче. Правила соревнований. Судейство.

#### **Футбол ( 9 ч)**

Техника передвижения. Удары по мячу. Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

### 3 класс

#### **Баскетбол ( 10 ч)**

Стойки и передвижения игрока при нападении. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча. Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей. Бросок мяча двумя руками от груди. Бросок мяча одной рукой от плеча. Взаимодействие трех игроков «треугольник». Ведение с изменением направления. Развитие координационных способностей. Стойки и передвижения игрока в защите. Комбинация из разученных элементов. Бросок мяча после ведения два шага. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Развитие координационных качеств. Тактика свободного нападения. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Развитие физических качеств. Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра.

#### **Волейбол (10 ч)**

Приемы и передачи мяча на месте. Передачи и приемы мяча в движение и на месте. Освоение техники подачи мяча. Система игры в защите. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями. Защитные действия: блокирование мяча. Верхняя и нижняя передача

мяча в парах. Игра через сетку 2 на 2, 3 на 3, 4 на 4. Приемы и передачи мяча сверху, снизу, с перемещениями. Нижняя прямая подача. Действия игроков в нападение: отработка ударов с различных зон. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.

#### **Настольный теннис ( 6 ч)**

Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису. Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка. Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи. Обучение подачи «Маятник». Игра – подача. Учебная игра с элементами подач. Совершенствование подачи «Маятник», «Веер», техника отскока мяча в игре. Совершенствование техники «срезки» слева, справа в игре.

#### **Футбол ( 8 ч)**

Удары справа, слева по высокой траектории, удар «смеш», подача в зону. Соревнования и эстафеты с применением элементов бадминтона. Правила соревнований. Способы передвижения. Техника передвижения. Удары по мячу. Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

#### **4 класс**

#### **Баскетбол ( 9ч)**

Инструктаж по ТБ. История и правила игры. Развитие физических качеств. Стойки и передвижения игрока. Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей. Развитие координационных способностей. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Развитие координационных способностей. Ведение мяча с разной высотой отскока. Основные правила и приемы игры. Ведение с изменением направления. Развитие координационных способностей. Комбинация из разученных элементов. Игра по упрощенным правилам. Бросок мяча после ведения два шага. Развитие координационных качеств. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств.

#### **Настольный теннис ( 7 ч)**

Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису. Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка. Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи. Обучение подачи «Маятник». Игра – подача. Учебная игра с элементами подач. Обучение подачи «Веер», техника подачи «Маятник». Соревнования в группах. Обучение технике «срезка» мяча справа, слева. Совершенствование техники «срезки» слева, справа в игре.

#### **Волейбол (9 ч)**

Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах. Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола. Передачи мяча сверху и снизу на точность после перемещения. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием. Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче. Правила соревнований. Судейство.

#### **Футбол ( 9 ч)**

Техника передвижения. Удары по мячу. Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

## **5 класс**

### **Баскетбол ( 9ч)**

Инструктаж по ТБ. История и правила игры. Развитие физических качеств. Стойки и передвижения игрока. Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей. Развитие координационных способностей .Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Развитие координационных способностей. Ведение мяча с разной высотой отскока. Основные правила и приемы игры. Ведение с изменением направления. Развитие координационных способностей. Комбинация из разученных элементов. Игра по упрощенным правилам. Бросок мяча после ведения два шага. Развитие координационных качеств. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств.

### **Настольный теннис ( 7 ч)**

Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису. Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка. Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи. Обучение подачи «Маятник». Игра – подача. Учебная игра с элементами подач. Обучение подачи «Веер», техника подачи «Маятник». Соревнования в группах. Обучение технике «срезка» мяча справа, слева. Совершенствование техники «срезки» слева, справа в игре.

### **Волейбол (9 ч)**

Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах. Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола. Передачи мяча сверху и снизу на точность после перемещения. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием. Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче. Правила соревнований. Судейство.

### **Футбол ( 9 ч)**

Техника передвижения. Удары по мячу. Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

## **6 класс**

### **Баскетбол ( 9ч)**

Инструктаж по ТБ. История и правила игры. Развитие физических качеств. Стойки и передвижения игрока. Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей. Развитие координационных способностей .Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Развитие координационных способностей. Ведение мяча с разной высотой отскока. Основные правила и приемы игры. Ведение с изменением направления. Развитие координационных способностей. Комбинация из разученных элементов. Игра по упрощенным правилам. Бросок мяча после ведения два шага. Развитие координационных качеств. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств.

### **Настольный теннис ( 7 ч)**

Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису. Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка. Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи. Обучение подачи «Маятник». Игра – подача. Учебная игра с элементами подач. Обучение подачи «Веер», техника подачи «Маятник». Соревнования в группах. Обучение технике «срезка» мяча справа, слева. Совершенствование техники «срезки» слева, справа в игре.

### **Волейбол (9 ч)**

Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах. Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола.

Передачи мяча сверху и снизу на точность после перемещения. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием. Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче. Правила соревнований. Судейство.

#### **Футбол ( 9 ч)**

Техника передвижения. Удары по мячу. Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

#### **7 класс**

#### **Баскетбол ( 9ч)**

Инструктаж по ТБ. История и правила игры. Развитие физических качеств. Стойки и передвижения игрока. Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей. Развитие координационных способностей .Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Развитие координационных способностей. Ведение мяча с разной высотой отскока. Основные правила и приемы игры. Ведение с изменением направления. Развитие координационных способностей. Комбинация из разученных элементов. Игра по упрощенным правилам. Бросок мяча после ведения два шага. Развитие координационных качеств. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств.

#### **Настольный теннис ( 7 ч)**

Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису. Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка. Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи. Обучение подачи «Маятник». Игра – подача. Учебная игра с элементами подач. Обучение подачи «Веер», техника подачи «Маятник». Соревнования в группах. Обучение технике «срезка» мяча справа, слева. Совершенствование техники «срезки» слева, справа в игре.

#### **Волейбол (9 ч)**

Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах. Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола. Передачи мяча сверху и снизу на точность после перемещения. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием. Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче. Правила соревнований. Судейство.

#### **Футбол ( 9 ч)**

Техника передвижения. Удары по мячу. Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

#### **8 класс**

#### **Баскетбол ( 9ч)**

Инструктаж по ТБ. История и правила игры. Развитие физических качеств. Стойки и передвижения игрока. Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей. Развитие координационных способностей .Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Развитие координационных способностей. Ведение мяча с разной высотой отскока. Основные правила и приемы игры. Ведение с изменением направления. Развитие координационных способностей. Комбинация из разученных

элементов. Игра по упрощенным правилам. Бросок мяча после ведения два шага. Развитие координационных качеств. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств.

### **Настольный теннис ( 7 ч)**

Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису. Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка. Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи. Обучение подачи «Маятник». Игра – подача. Учебная игра с элементами подач. Обучение подачи «Веер», техника подачи «Маятник». Соревнования в группах. Обучение технике «срезка» мяча справа, слева. Совершенствование техники «срезки» слева, справа в игре.

### **Волейбол (9 ч)**

Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах. Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола. Передачи мяча сверху и снизу на точность после перемещения. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием. Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче. Правила соревнований. Судейство.

### **Футбол ( 9 ч)**

Техника передвижения. Удары по мячу. Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

## Календарно - тематическое планирование

### 2-4 класс

№ п/п	Наименование раздела	Наименование темы занятия	Всего часов	
1	<b>Баскетбол (9ч)</b>	Инструктаж по ТБ. История и правила игры. Развитие физических качеств	1	
2		Стойки и передвижения игрока	1	
3		Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей	1	
4		Развитие координационных способностей Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Развитие координационных способностей	1	
5		Ведение мяча с разной высотой отскока. Основные правила и приемы игры	1	
6		Ведение с изменением направления. Развитие координационных способностей	1	
7		Комбинация из разученных элементов. Игра по упрощенным правилам	1	
8		Бросок мяча после ведения два шага. Развитие координационных качеств	1	
9		Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств	1	
10	<b>Настольный теннис (7 ч)</b>	Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису	1	
11		Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка	1	
12		Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи	1	
13		Обучение подачи «Маятник». Игра – подача. Учебная игра с элементами подач	1	
14		Обучение подачи «Веер», техника подачи «Маятник». Соревнования в группах	1	
15		Обучение технике «срезка» мяча справа, слева	1	
16		Совершенствование техники «срезки» слева, справа в игре	1	
17	<b>Волейбол (9 ч)</b>	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах	1	
18		Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола	1	
19		Передачи мяча сверху и снизу на точность после перемещения	1	
20		Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча.	1	

21		Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра 1	1	
22		Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием	1	
23		Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи	1	
24		Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче	1	
25		Правила соревнований. Судейство	1	
26	Футбол ( 9 ч)	Техника передвижения. Удары по мячу	1	
27-28		Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения.	2	
29-30		Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	2	
31-32		Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	2	
33-34		Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	2	

### 5-8 класс

№ п/п	Наименование раздела	Наименование темы занятия	Всего часов	
1	Баскетбол ( 10 ч)	Стойки и передвижения игрока при нападении.	1	
2		Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.	1	
3		Повороты и остановки игрока. Развитие координационных способностей	1	
4		Бросок мяча двумя руками от груди. Бросок мяча одной рукой от плеча.	1	
5		Взаимодействие трех игроков «треугольник».	1	
6		Ведение с изменением направления. Развитие координационных способностей	1	
7		Стойки и передвижения игрока в защите. Комбинация из разученных элементов.	1	
8		Бросок мяча после ведения два шага. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Развитие координационных качеств	1	
9		Тактика свободного нападения. Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Развитие физических качеств.	1	
10		Индивидуальные действия при нападении. Учебная игра.	1	
11	Волейбол (10 ч)	Приемы и передачи мяча на месте.	1	
12		Передачи и приемы мяча в движение и на месте.	1	
13		Освоение техники подачи мяча.	1	
14		Система игры в защите. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями	1	
15		Защитные действия: блокирование мяча.	1	

16		Верхняя и нижняя передача мяча в парах .Игра через сетку 2 на 2, 3 на 3, 4 на 4.	1	
17		Приемы и передачи мяча сверху, снизу, с перемещениями. Нижняя прямая подача.	1	
18		Действия игроков в нападении: отработка ударов с различных зон.	1	
19		Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча.	1	
20		Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями	1	
21	<b>Настольный теннис( 6 ч )</b>	Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису	1	
22		Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая ракетка	1	
23		Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи	1	
24		Обучение подачи «Маятник». Игра – подача. Учебная игра с элементами подач	1	
25		Совершенствование подачи «Маятник», «Веер», техника отскока мяча в игре	1	
26		Совершенствование техники «срезки» слева, справа в игре	1	
27		<b>Футбол ( 8 ч )</b>	Удары справа, слева по высокой траектории, удар «смеш», подача в зону	1
28	Соревнования и эстафеты с применением элементов бадминтона		1	
29	Правила соревнований. Способы передвижения		1	
30	Техника передвижения. Удары по мячу		1	
31	Ведение мяча. Остановка мяча. Обманные движения.		1	
32	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.		1	
33	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.		1	
34	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.		1	