




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Курасовская основная общеобразовательная школа»  
Курского района Курской области

Рассмотрена  
на заседании методического объединения  
учителей творческого цикла  
Руководитель МО  
 /Кононова В.С./  
Протокол №1 от 28.08.2023

Согласована  
Зам.директора по УВР  
 /Бартенева Т.А./

Принята решением педагогического совета  
Протокол №1 от 31.09.2023  
Председатель педагогического совета  
 /Колесов А.А./

Утверждена  
Директор МБОУ «Курасовская основная  
общеобразовательная школа»  
 /Колесов А.А./  
Приказ № 186 от 16. 10. 2023г



Рабочая программа  
внеурочной деятельности «Спортика»  
спортивно – оздоровительное направление  
срок реализации 1 год

Класс: 8  
Учитель: Рощупкин М.М.  
Всего часов на учебный год: 34  
Количество часов в неделю: 1

Курасово, 2023год

## **Пояснительная записка**

Программа внеурочной деятельности «Спортика» разработана как нормативно-правовой документ для организации учебного процесса в 8 классе МБОУ «Курасовская основная общеобразовательная школа» Курского района Курской области

Программа по внеурочной деятельности «Спортика» для 8 классов разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования третьего поколения. - М.: Просвещение, 2022);

- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2021 год);

- учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 8 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010).

**Цель программы внеурочной деятельности «Спортика»:** укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

**Цель конкретизирована следующими задачами:**

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

## **Общая характеристика курса**

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. Курс введён в часть учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса в рамках спортивно-оздоровительного направления. Новизна данной программы определена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Программа внеурочной деятельности «Спортика» предназначена для физкультурно – оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал программы предполагает изучение основ трёх спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка. Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса. Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

### **Место учебного предмета в учебном плане**

Программа внеурочной деятельности «Спортика» предназначена для обучающихся 8-х классов с учётом реализации её учителями основной школы, занимающихся вопросами обучения здоровому образу жизни с детьми в возрасте от 11 до 13 лет. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю в 8-х классах (34 часа).

### **Описание ценностных ориентиров содержания курса**

**Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

**Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

**Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

**Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

**Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

**Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

*Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее 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:**

**Регулятивные УУД:**

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свое действие с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать правило в планировании и контроле способа решения;
- осуществлять итоговый контроль по результату;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- различать способ и результат действия;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок;

#### **Познавательные УУД:**

- осуществлять поиск информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- устанавливать причинно – следственные связи;
- 

#### **Коммуникативные УУД**

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приводить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
- контролировать действия партнеров;
- использовать речь для регуляции своего действия;

*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.

**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 «Спортика» 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:**

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- 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.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортика» обучающиеся **смогут получить знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;

- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

**могут научиться:**

- 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.

**Основной показатель реализации программы «Спортика»** - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях.

**Формы организации занятий**

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

<b>Формы проведения занятий и виды деятельности</b>	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением

занятия	основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

### Тематическое планирование

№ п/п	Спортивные игры	Количество часов	Универсальные учебные действия
		Всего	
1	Баскетбол	12	<p><i>Личностные УУД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;</li> <li>• развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;</li> <li>• формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.</li> </ul> <p><i>Регулятивные УУД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;</li> <li>• проговаривать последовательность действий;</li> <li>• уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;</li> <li>• средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;</li> <li>• учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.</li> </ul> <p><i>Познавательные УУД:</i></p>
2	Волейбол	12	
3	Футбол	10	
	ИТОГО	34	



			<ul style="list-style-type: none"> <li>• добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;</li> <li>• перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;</li> </ul> <p><i>Коммуникативные УУД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;</li> <li>• совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;</li> <li>• учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</li> </ul>
--	--	--	---

## Содержание программы

### ***Баскетбол***

1. *Основы знаний.* Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения. Режим дня и режим питания.

2. *Специальная подготовка.* Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой);

передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.

Стойка игрока, передвижение в стойке. Остановка в движении по звуковому сигналу. Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.

### ***Волейбол***

1. *Основы знаний.* Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка

2. *Специальная подготовка.* Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения.

Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.

Стойка игрока, передвижение в стойке. Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?»

### ***Футбол***

1. *Основы знаний.* Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания.

2. *Специальная подготовка.* Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Передачи мяча в парах. Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота».

### **Материально-техническое обеспечение**

*Оборудование спортзала:*

1. Перекладина гимнастическая (пристеночная).
2. Стенка гимнастическая.
3. Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)
4. Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.
5. Палка гимнастическая.
6. Скакалка детская.
7. Мат гимнастический.
8. Кегли.
9. Обруч пластиковый детский.
10. Планка для прыжков в высоту.
11. Стойка для прыжков в высоту.
12. Флажки: разметочные с опорой, стартовые.
13. Рулетка измерительная.
14. Щит баскетбольный тренировочный.
15. Сетка для переноса и хранения мячей.
16. Волейбольная сетка универсальная.
17. Сетка волейбольная.
18. Аптечка.
19. Мяч малый (теннисный).
20. Гранаты для метания (500г, 700г).

*Мультимедийное оборудование:*

1. ЭОР.
2. Компьютер.
3. Мультимедийный компьютер.

*Учебно-методическое обеспечение:*

1. Рабочая программа курса.
2. Диагностический материал.
3. Разработки игр.

### **Список используемой литературы для составления программы**

- Бабкина, Н. В. О психологической службе в условиях учебно- воспитательного комплекса [Текст] / Н. В. Бабкина // Начальная школа. - 2001. -№ 12.-С. 3-6.
- Дереклеева, Н. И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы [Текст] / Н. И. Дереклеева. - М.: ВАКО, 2007. - 25 с.
- Дереклеева, Н. И. Справочник классного руководителя: 5 класс [Текст] / Н. И. Дереклеева / под ред. И. С. Артюховой. - М.: ВАКО, 2007. - 167 с. - (Педагогика. Психология. Управление).
- Захаров, А. Н. Как предупредить отклонения в поведении детей [Текст] : метод, пособие / А. Н. Захаров. - М. : Дрофа, 2005. - 85 с.
- Карасева, Т. В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий [Текст] / Т. В. Карасева //Основная школа. - 2005. - № 11.-С. 75-78.
- Ковалько, В. И. Здоровьесберегающие технологии в основнойшколе [Текст] / В. И. Ковалько. - М.: Вако, 2004. - 124 с.
- Ковалько, В. И. Школа физкультминуток (1-11 классы) : практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр [Текст] / В. И. Ковалько. - М. : ВАКО, 2007. - (Мастерская учителя).
- Муштавинская, И. В. Технология развития критического мышления [Текст]: метод, пособие / И. В. Муштавинская, Г. А. Трофимчук. - СПб.: ПРО Смена, 2005. - С. 4-7.
- Невдахина, З. И. Дополнительное образование : сборник авторских программ [Текст] / З. И. Невдахина. - Вып. 3. - М. : Народное образование; Ставрополь : Ставропольсервисшкола, 2007. - 134 с.
- Патрикеев, А. Ю. Подвижные игры [Текст] / А. Ю. Патрикеев. - М.: Вако, 2007. - 176 с. - (Мозаика детского отдыха).
- Синягина, Н. Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н. Ю. Синягина, И. В. Кузнецова. - М.: Владос, 2003. - 112 с.
- Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы [Текст] / Н. К. Смирнов. - М. : АРКТИ, 2003. - 268 с.

### **Календарно-тематическое планирование**

№	Дата		Тема	Кол-во часов	Основное содержание занятия	Планируемые результаты		
	План	Факт				Предметные	Метапредметные	Личностные
<b>Баскетбол (12 часов)</b>								
1.1			Стойки и перемещения	2	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).	Формирование умений перемещаться в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед., останавливать мяч двумя руками. Выполнять комбинации основных элементов техники передвижений.	- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье; - способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;	- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
2.2			Остановки баскетболиста	1				
3.3			Передачи мяча	1	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.	Ловить и передавать мяч двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).		
4.4			Ловля мяча	1		Формирование умения ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.	- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.	формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
5.5			Ведение мяча	1	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.			
6.6			Броски в кольцо	1	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.	Формирование умения совершать броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.	- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;	- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.
7.7			Игра в защите	1	Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	Формирование умения выравнивать и выбивать мяч, перехватывать мяч. Совершать комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;	- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
8.8			Игра в нападении	4	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	Отработка освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Тактика свободного нападения. Формирование навыка взаимодействия двух игроков в нападение и защите через «заслон».	- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;	- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

					игроков в нападение и защите через «заслон».			
9.9			Диагностирование и тестирование	1	Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	Проверка уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков.	- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;	- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.
10.10 11.11 12.12			Участие в соревнованиях		Игра по правилам мини-баскетбола. Участие в соревнованиях.	Формирование навыков игры по правилам мини-баскетбола.	- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;	- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
<b>Волейбол (12 часов)</b>								
13.1			Совершенствование техники верхней, нижней передачи	1	Передача мяча у сетке 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)	Формирование умения выполнять передачу мяча у сетке и в прыжке через сетку, передачу мяча сверху, стоя спиной к цели	- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;	- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
14.2			Прямой	1	Прямой нападающий удар	Формирование	- умение адекватно	- формирование

			нападающий удар		после подбрасывания мяча партнером.	умения выполнять прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;	потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.
15.3 16.4			Совершенствование верхней прямой подачи	2	Верхняя прямая подача в заданную зону площадки.	Формирование умения выполнять верхнюю прямую подачу в заданную зону площадки	- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.	формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
17.5 18.6			Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2	Приема мяча с подачи. Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.	Формирование навыка приема мяча с подачи. Отработка комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование.	- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;	- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
19.7 20.8			Двусторонняя учебная игра	2	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.	Формирование умений соблюдать правила игр, выполнять игровые задания по упрощенным правилам, с ограничением пространства и с ограниченным количеством игроков.	- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;	- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.
21.9 22.10			Одиночное	2	Прием мяча, отраженного сеткой. Одиночное	Формирование умения принимать	- формирование умений позитивного	формирование культуры здоровья –

			блокирование		блокирование и страховка. Действия и размещение игроков в защите. «Доигрывание» мяча.	мяч, отраженный сеткой. Отработка одиночного блокирования и страховки.	коммуникативного общения с окружающими.	отношения к здоровью как высшей ценности человека;
23.11 24.12			Страховка при блокировании	2				
<b>Футбол (10 часов)</b>								
25.1 26.2			Удар по мячу	2	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.	Формирование умения наносить удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель, удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную	- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;	- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.
27.3 28.4			Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	2	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.	Формирование умения вести мяч по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника, с пассивным и активным сопротивлением защитника, ведущей и не ведущей ногой.	- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;	- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
29.5 30.6 31.7 32.8			Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	4	Игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.	Формирование знания правил игр по упрощённым правилам на площадках разных размеров	- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;	- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности



								человеческой жизни.
33.9. 34.10			Участие в соревнованиях	2	Правила организация и проведения соревнований, участие в соревнованиях различного уровня.	Умение организовывать и проводить соревнования, участвовать в соревнованиях различного уровня.	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;
			<b>Итого</b>	<b>34</b>				