Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Очурская средняя школа»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Согласовано: |   | Утверждаю: |
| Заместитель директора по УР |  | Директор школы |
| D:\Яна\Секрет\Desktop\подписи\Юринов.jpg |  | D:\Яна\Секрет\Desktop\подписи\сухина - копия.jpg |
| Е.П. Юринов |  | Т.А. Сухина |
| «30» августа 2023г. |  | «31» августа 2023г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

 по внеурочной деятельности

«Спортивные игры» для 5-9, 10-11 классов

 на 2023 – 2024 учебный год

Учитель: Лавринова Елена Демидовна

с.Очуры

**Пояснительная записка.**

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» разработана на основе авторской программы В.И.Ляха «Физическая культура» 5-8 классы – М.: «Просвещение», 2012 год. Разделы и темы выбраны с учётом имеющейся материальной базы и местных климатических условий.

 Образовательный процесс в современной школе постоянно услож­няется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нерв­но-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предпо­лагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состоя­ние центральной нервной системы и функций организма, определен­ный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режи­мом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического разви­тия многих детей, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проб­лему.

У многих учеников наблю­дается низкая двигательная активность, широкий спектр функцио­нальных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы воз­можность вредных влияний и способствовали бы укреплению здо­ровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

 В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двига­тельный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, кото­рые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или про­должают существовать.

**Место программы в учебном плане.**

 Программа рассчитана на 4 года (34 часа в год) с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 35 минут. Содержание отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

 Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует
рекомендациям СанПиН, т. е. 35 минут. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.
 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.

|  |  |
| --- | --- |
| **Формы проведения занятий и виды деятельности** |  |
| Однонаправленныезанятия | Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики илиобщефизической подготовке. |
| Комбинированныезанятия | Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка. |
| Целостно-игровыезанятия | Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением 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. |

 **Целью** программы - является формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы, углубленное изучение спортивной игры (баскетбол, волейбол, футбол), расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков, достигнуть более высокого уровня двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить к регулярным тренировкам, содействие всестороннему развитию личности.

Основными **задачами** программы являются:

* пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
* формирование стойкого интереса к занятиям спортивным играм, воспитание спортивного трудолюбия;
* всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма;
* воспитание физических качеств: гибкости, быстроты, ловкости специальной тренировочной выносливости для успешного овладениями навыков игры;
* воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
* обучение приемам игры («школа» техники), совершенствование их в тактических действиях в нападении и защите;
* обучение тактическим действиям (в основном индивидуальным и групповым) в нападении и защите и совершенствование их в игре;
* ознакомление с теоретическими сведениями о влиянии физических упражнений на организм занимающихся и о спортивных играх;
* привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами спортивных игр;

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

**Распределение часов по годам обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | **Разделы** |  | **Кол-во часов** |
| **5кл** | **6кл** | **7кл** | **8кл** | **9кл.** | **10-11кл** |
| 1 | Легкая атлетика | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
| 2 | Футбол. | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 7 |
| 3 | Баскетбол. | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
| 4 | Волейбол. | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
|  | **Итого:** | **34** | **34** | **34** | **34** | **33** | **34** |

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**ОСВОЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА**

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;
* *Метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

 **Личностные** отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве:

* формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
* развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
* формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

**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.

**Метапредметные результаты характеризуют** уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. В единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся**:**

* 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:

* Личностные - самоопределение, смыслообразование;
* Регулятивные - соотнесение известного и неизвестного, планирование, оценка, способность к волевому усилию;
* Познавательные - формулирование цели, выделение необходимой информации, структурирование, выбор эффективных способов решения учебной задачи, рефлексия, анализ и синтез, сравнение, классификации, действия постановки и решения проблемы;
* Коммуникативные - строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами, постановка вопроса, разрешение конфликтов.

**Оздоровительные результаты** программы внеурочной деятельности:

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

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

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

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**ПО СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМУ НАПРАВЛЕНИЮ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

В ходе реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» учащиеся **смогут**

***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.

***должны знать:***

* историю возникновения и развитие спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол);
* жесты судьи;
* основы техники и тактики игры и технической, тактической подготовки;
* правила игры (баскетбол, волейбол, футбол);
* навыки простейшего судейства.
* особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
* правила оказания первой помощи;
* способы сохранения и укрепление здоровья;
* влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
* значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся; занимающихся;
* правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;

***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;

 **Техническая подготовка:**

***учащийся должен:***

* овладеть всеми известными приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях;
* уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в разнообразных условиях перемещения;
* овладеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще и выполнять их с наибольшим эффектом;
* совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполнения.

**Тактическая подготовка:**

***для учащегося должно быть характерно:***

* быстрота сложных реакций, внимательность, ориентировка, сообразительность, творческая инициатива;
* индивидуальные действия и типовые взаимодействия с партнерами, основные системы командных действий в нападении и защите;
* сформированность умений эффективно использовать средства игры и изученный тактический материал, учитывая собственные силы, возможности, внешние условия и особенности сопротивления противника;
* способность по ходу матча переключаться с одних систем и вариантов командных действий на другие.

***должны уметь выполнять:***

*В технической подготовке:*

* стойки, передвижения, стойки. повороты;
* передачи и ловля мяча (на месте и в движении);
* ведение мяча (на месте и в движении);
* бросок мяча одной и двумя руками (на месте и в движении);
* подачи мяча;
* индивидуальная техника защиты и нападения.

*В тактической подготовке:*

* тактика свободного нападения;
* взаимодействие игроков;
* тактические действия в защите и в нападении.

*В игровой подготовке:*

* учебные игры (игра по упрощенным правилам);
* игровые задания;
* двухстороннюю игу.

Основной показатель реализации программы «Спортивные игры» - 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.

**Ожидаемый результат:** Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

**Календарно-тематическое планирование 5 класс (34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Учебная тема** | **дата** |
| **План** | **Факт** |
| 1. | ТБ на занятиях по л/атлетике. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий старт и бег со старта по команде. П/и «Спиной к финишу».  | 06.09.23 |  |
| 2. | Прыжки с поворотом на 90°, 180º, с места, со скакалкой. .П/и «Удочка» | 13.09.23 |  |
| 3. | Бег с преодолением препятствий. П/игра «Перестрелка» | 20.09.23 |  |
| 4. | Прыжки с поворотом на 90°, 180º с высоты до 40 см, напрыгивание, прыжки на скакалкена скамейку. П/игра «Салки» | 27.09.23 |  |
| 5. | Метание малого мяча на дальность и в цель. метание на дальность отскока от стены, щита. П/игра «Сбей мяч» | 04.10.23 |  |
| 6. | Эстафеты с мячом. | 11.10.23 |  |
| 7. | Лазание по гимнастической стенке, канату. П/игра «Выше ноги от земли» | 18.10.23 |  |
| 8. | Упражнения в висах и упорах. Эстафеты с обручами. | 25.10.23 |  |
| **футбол** |
| 9. | Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. | 08.11.23 |  |
| 10. | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты,ускорения) | 15.11.23 |  |
| 11. | Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частьюподъѐма, с места, с одного-двух шагов | 22.11.23 |  |
| 12. | Вбрасывание из-за «боковой» линии | 29.11.23 |  |
| 13. | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Передачи мяча в парах | 06.12.23 |  |
| 14. | Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка. Игры и игровые задания. | 13.12.23 |  |
| 15, 16 | Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота». | 20.12.2327.12.23 |  |
| **баскетбол** |
| 17  | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком.  | 10.01.24 |  |
| 18, 19 | Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).П/игра «Бег с кувырками».  | 17.01.2424.01.24 |  |
| 20,21 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). | 31.01.2407.02.24 |  |
| 22 | Ведение мяча в низкой , средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменениемнаправления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой | 14.02.24 |  |
| 23 | Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивлениязащитника. Игровое задание «Художник» | 21.02.24 |  |
| 24 | Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.) | 28.02.24 |  |
| **волейбол** |
| 25 | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, беги выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Комбинация из основных элементовтехники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение).  | 06.03.24 |  |
| 26  | Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Игра по правилам в пионербол, игровые задания. | 13.03.24 |  |
| 27 | Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. | 20.03.24 |  |
| 28 |  Игра по упрощенным правилам волейбола | 03.04.24 |  |
| 29 | Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки | 10.04.24 |  |
| 30 | Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи. | 17.04.24 |  |
|  31,. 32 | Игра по правилам в пионербол, игровые задания | 24.04.2408.05.24 |  |
| 33 | Игра по упрощенным правилам волейбола, игровые задания. | 15.05.24 |  |
| 34 | Подвижные игры, эстафеты. | 22.05.24 |  |

**Календарно-тематическое планирование 6 класс (34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Учебная тема** | **дата** |
| **План** | **Факт** |
| 1. | Техника безопасности при занятиях спортивными играми | 06.09.23 |  |
| 2. | Прыжки с поворотом на 90°, 180º, с места , со скакалкой. П/игра «Подбрось и поймай» | 13.09.23 |  |
| 3. | Бег с преодолением препятствий. «Ловишки» | 20.09.23 |  |
| 4. | Прыжки с поворотом на 90°, 180º с высоты до 40 см, напрыгивание, прыжки на скакалкена скамейку. «Точно в руки» | 27.09.23 |  |
| 5. | Метание малого мяча на дальность и в цель. метание на дальность отскока от стены, щита. П/игра «Сбей мяч» | 04.10.23 |  |
| 6. | Работа по станциям. | 11.10.23 |  |
| 7. | Лазание по гимнастической стенке, канату. П/игра «Выше ноги от земли» | 18.10.23 |  |
| 8. | Упражнения в висах и упорах. Эстафеты с бегом и прыжками. | 25.10.23 |  |
| **футбол** |
| 9. | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. | 08.11.23 |  |
| 10, 11 | Ведение мяча внешней и внутренней частью стопы подъем по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек. | 15.11.2322.11.23 |  |
| 12 | Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.  | 29.11.23 |  |
| 13 | Игры и игровые задания. Игра в мини-футбол. | 06.12.23 |  |
| 14 | Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель» | 13.12.23 |  |
| 15 | Игра-соревнование в мини-футбол. | 20.12.23 |  |
| **баскетбол** |
| 16 | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком.  | 27.12.23 |  |
| 17 | Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). | 10.01.24 |  |
| 18 | Остановка. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков» | 17.01.24 |  |
| 19 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте.  | 24.01.24 |  |
| 20 | Ловля и передача мяча двумя руками движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге) | 31.01.24 |  |
| 21 | Ведение мяча в низкой , средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости | 07.02.24 |  |
| 22 | Броски одной и двумя руками с 1места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. П/игра «Мяч над головой».  | 14.02.24 |  |
| 23 | Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой. Выравнивание и выбивание мяча. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. | 21.02.24 |  |
| 24 | Тактика свободного нападения. быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок | 28.02.24 |  |
| **волейбол** |
| 25 | Индивидуальные тактические действия в защите. П/игра «Обстрел чужого поля».  | 06.03.24 |  |
| 26 | Передачи мяча двумя руками на месте и после перемещения.  | 13.03.24 |  |
| 27 |  Передачи двумя руками в парах, тройках.  | 20.03.24 |  |
| 28 | Передачи мяча над собой, через сетку. | 03.04.24 |  |
| 29 | Верхняя прямая подача (с расстояния 3-6 метров от сетки, через сетку). | 10.04.24 |  |
| 30 | Прием мяча. Прием подачи. | 17.04.24 |  |
| 31,. 32 | Подвижные игры, эстафеты с мячом. Перемещения на площадке. | 24.04.2408.05.24 |  |
| 33 | Игры и игровые задания. Учебная игра. | 15.05.24 |  |
| 34 | Игра-соревнование в волейбол. | 22.05.24 |  |

**Календарно-тематическое планирование 7 класс (34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Учебная тема** | **дата** |
| **План** | **Факт** |
| 1. | Техника безопасности при занятиях спортивными играми | 06.09.23 |  |
| 2. | История возникновения баскетбола. Эстафета баскетболиста | 13.09.23 |  |
| 3. | Упражнения на развитие физических способностей | 20.09.23 |  |
| 4. | Жесты судей. Помощь в судействе. Челночный бег с переносом кубиков | 27.09.23 |  |
| 5. | П/игра «Гонка мячей» | 04.10.23 |  |
| 6. | Игра в баскетбол по упрощенным правилам | 11.10.23 |  |
| 7. | Игра в баскетбол с заданиями | 18.10.23 |  |
| 8. | Соревнования по баскетболу | 25.10.23 |  |
| 9. | Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов | 08.11.23 |  |
| 10. | Тестирование уровня физических способностей | 15.11.23 |  |
| 11. | Ловля и передача мяча двум руками от груди и одной рукой от плеча | 22.11.23 |  |
| 12. | Броски одной и двум руками с места и в прыжке | 29.11.23 |  |
| 13. | Тактика свободного нападения | 06.12.23 |  |
| 14. | Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди» | 13.12.23 |  |
| 15 | Игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам | 20.12.23 |  |
| 16 | Игра и игровые задания в баскетболе | 27.12.23 |  |
| 17  | Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). | 10.01.24 |  |
| 18, 19 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). | 17.01.2424.01.24 |  |
| 20,21 | Подвижные игры, эстафеты с мячом.  Перемещение на площадке. Игры и игровые задания | 31.01.2407.02.24 |  |
| 22 | Игра «Пятерочка» | 14.02.24 |  |
| 23 | Игра по упрощенным правилам мини- баскетбола. Игры и игровые задания | 21.02.24 |  |
| 24 | Игра по упрощенным правилам мини- баскетбола. Игры и игровые задания | 28.02.24 |  |
| **волейбол** |
| 25 | Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение). | 06.03.24 |  |
| 26  | П/игра «Мяч над головой».  | 13.03.24 |  |
|  27,.  | Передачи мяча двумя руками на месте и после перемещения. Передачи двумя руками в парах, тройках. | 20.03.24 |  |
| 28 | Передачи мяча над собой, через сетку. | 03.04.24 |  |
| 29 | П/ игра «Обстрел чужого поля» | 10.04.24 |  |
| 30 | Верхняя прямая подача (с расстояния 3-6 метров от сетки, через сетку). Эстафета «Верхняя и нижняя передачи мяча».  | 17.04.24 |  |
|  31,.  | Подвижные игры, эстафеты с мячом.  Перемещение на площадке.  | 24.04.24 |  |
| 32 | Игры и игровые задания. Учебная игра. | 08.05.24 |  |
| 33 | Индивидуальные тактические действия в защите. Игра «Свеча».  | 15.05.24 |  |
| 34 | Соревнования по волейболу | 22.05.24 |  |

**Календарно-тематическое планирование 8 класс (34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Учебная тема** | **дата** |
| **План** | **Факт** |
| 1. | ТБ на занятиях спортивными играми | 04.09.23 |  |
| 2. | Современное олимпийское движение. П/игра «Перестрелка» | 11.09.23 |  |
| 3. | Правила игры в футбол | 18.09.23 |  |
| 4. | Судейство соревнований по футболу | 25.09.23 |  |
| 5. | Стойки игрока и перемещения | 02.10.23 |  |
| 6. | Эстафета футболиста | 09.10.23 |  |
| 7. | Бег с остановками и резким изменением направления | 16.10.23 |  |
| 8. | Встречная эстафета с мячом | 23.10.23 |  |
| **баскетбол** |
| 9. | Перемещения в стойке приставными шагами | 13.11.23 |  |
| 10. | Ловля и передача от груди в движении и с места | 20.11.23 |  |
| 11. | Ведение мяча в высокой, низкой и средней стойке | 27.11.23 |  |
| 12. | Ведение мяча без сопротивления и с пассивным сопротивлением | 04.12.23 |  |
| 13. | Броски одной и двумя руками с места и в прыжке | 11.12.23 |  |
| 14. | П/игра «Сумей принять» | 18.12.23 |  |
| 15 | П/игра «Снайперы» | 25.12.23 |  |
| 16 | П/игра «Бомбардиры» | 15.01.24 |  |
| 17  | П/ игра «Обстрел чужого поля».  | 22.01.24 |  |
| 18  | Игра «33» | 29.01.24 |  |
| 19 | Игра «33» | 05.02.24 |  |
| 20,21 | Игра «Пятерочка» | 12.02.2419.02.24 |  |
| 22 | Эстафета баскетболиста | 26.02.24 |  |
| 23 | Соревнование по баскетболу | 04.03.24 |  |
| 24 | Соревнование по баскетболу | 11.03.24 |  |
| **волейбол** |
| 25 | Передача мяча в двойках, тройках, через сетку, в заданную часть площадки. Эстафета с передачей волейбольного мяча.  | 18.03.24 |  |
| 26  | Приема мяча с подачи. Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование. | 01.04.24 |  |
| 27 | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. | 08.04.24 |  |
|  28 |  Индивидуальные действия игроков в зависимости от позиции игрока на площадке. Эстафета «Передал — садись».  | 15.04.24 |  |
| 29 | Индивидуальные действия игроков в зависимости от позиции игрока на площадке. Прием мяча, отраженного сеткой. «Лапта         волейболистов».  | 22.04.24 |  |
| 30 | П/игра «Обстрел чужого поля» | 06.05.24 |  |
|  31,. 32 | Игры и игровые задания по упрощенным правилам. Взаимодействие игроков на площадке. Игра по правилам. | 13.05.2417.05.24 |  |
| 33 | Учебно-тренировочная игра в волейбол. | 20.05.24 |  |
| 34 | Игра - соревнование | 23.05.24 |  |

**Календарно-тематическое планирование 9 класс (33 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Учебная тема** | **дата** |
| **План** | **Факт** |
| 1. | ТБ на занятиях спортивными играми. История возникновения баскетбола. Ведение баскетбольного мяча и стойка баскетболиста. | 04.09.23 |  |
| 2. | Ведение мяча со сменой ритма движения | 11.09.23 |  |
| 3. | Ведение мяча с изменением направления. | 18.09.23 |  |
| 4. | Ведение мяча со всеми изученными действиями. | 25.09.23 |  |
| 5. | Передача баскетбольного мяча на месте и в движении. | 02.10.23 |  |
| 6. | Передача баскетбольного и набивного мяча на месте. | 09.10.23 |  |
| 7. | Передача баскетбольного мяча в движении приставным шагом с сопротивлением. | 16.10.23 |  |
| 8. | Передачи мяча в игре. | 23.10.23 |  |
| 9. | Учебно-тренировочная игра в баскетбол. | 13.11.23 |  |
| 10. | Индивидуальные действия в нападении со сменой ритма движения. | 20.11.23 |  |
| 11. | Взаимодействие игрока в нападении и защите. | 27.11.23 |  |
| 12. | Игровое занятие. | 04.12.23 |  |
| 13. | Ведение, передачи, броски мяча. | 11.12.23 |  |
| 14. | Прием и передача мяча с отскоком. | 18.12.23 |  |
| 15. | Броски одной рукой от груди. П/игра «Снайперы» | 25.12.23 |  |
| 16. | Штрафной бросок. Игра «33» | 15.01.24 |  |
| 17. | Учебно-тренировочная игра в волейбол. | 22.01.24 |  |
| 18 . | Волейбол: техника нападения. | 29.01.24 |  |
| 19. | Действия без мяча. Перемещения и стойки. | 05.02.24 |  |
| 20 | Передача на точность. Встречная подача. | 12.02.24 |  |
| 21 | Подача мяча6 нижняя прямая. Нижняя боковая. Подача сверху. | 19.02.24 |  |
| 22 | Игры и игровые задания. Нападающий удар. | 26.02.24 |  |
| 23 | Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения. Учебно-тренировочная игра в волейбол. | 04.03.24 |  |
| 24 | Соревнования по волейболу | 11.03.24 |  |
| **Футбол**  |
| 25 | Правила игры в футбол | 18.03.24 |  |
| 26  | Судейство соревнований по футболу | 25.03.24 |  |
| 27 | Стойки игрока и перемещения | 01.04.24 |  |
|  28 | Эстафета футболиста | 08.04.24 |  |
| 29 | Бег с остановками и резким изменением направления | 15.04.24 |  |
| 30 | Встречная эстафета с мячом | 22.04.24 |  |
|  31 | Технические действия и приемы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности | 06.05.24 |  |
| 32 | Передачи мяча в парах. Подвижные игры: «Точная передача» | 13.05.24 |  |
| 33  | Учебно-тренировочная игра в футбол. | 20.05.24 |  |

**Календарно-тематическое планирование 10-11 класс (34 часа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Учебная тема** | **дата** |
| **План** | **Факт** |
| 1. | ТБ на занятиях спортивными играми. Футбол. Правила техники безопасности. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. | 01.09.23 |  |
| 2. | Футбол. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком, серединой лба(катящемуся мячу). | 08.09.23 |  |
| 3. | Футбол. Совершенствование техники ведения мяча. | 15.09.23 |  |
| 4. | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча | 22.09.23 |  |
| 5. | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники ведения мяча. | 29.09.23 |  |
| 6. | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники бросков мяча. Броски одной и двумя руками в прыжке. | 06.10.23 |  |
| 7. | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники вырывания и выбивание мяча, перехвата. | 13.10.23 |  |
| 8. | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей. | 20.10.23 |  |
| 9. | Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. | 27.10.23 |  |
| 10. | Баскетбол. Дальнейшее закрепление тактики игры | 10.11.23 |  |
| 11. | Баскетбол. Позиционные нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3 | 17.11.23 |  |
| 12. | Баскетбол. Нападение быстрым прорывом (3:2) | 24.11.23 |  |
| 13. | Баскетбол. Взаимодействие двух(трех) игроков в нападении и защите(тройка и малая, через «заслон», восьмерка) | 01.12.23 |  |
| 14. | Баскетбол. Игра по упрощенным правилам баскетбола | 08.12.23 |  |
| 15. | Баскетбол. Игра по упрощенным правилам баскетбола | 15.12.23 |  |
| 16. | Баскетбол. Совершенствование психомоторных способностей. | 22.12.23 |  |
| 17. | Волейбол. Правила техники безопасности. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек | 29.12.23 |  |
| 18 . | Волейбол. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. | 12.01.24 |  |
| 19. | Волейбол. Игра по упрощённым правилам волейбола. Совершенствование психомоторных способностей и навыков игры. | 19.01.24 |  |
| 20 | Волейбол. Развитие выносливости. | 26.01.24 |  |
| 21 | Волейбол. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей. | 02.02.24 |  |
| 22 | Волейбол. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3 метра от сетки. | 09.02.24 |  |
| 23 | Волейбол. Нижняя прямая подача мяча Прием передача. | 16.02.24 |  |
| 24 | Волейбол. Дальнейшее обучение техники прямого нападающего удара. | 01.03.24 |  |
| 25 | Волейбол. Дальнейшее обучение тактики игры. Совершенствование тактики освоенных игровых действий. | 15.03.24 |  |
| 26  | Волейбол. Подвижные игры и игровые задания, приближенные к содержанию разучиваемых спортивных игр. | 22.03.24 |  |
| 27 | Лапта. Правила техники безопасности на занятия по Лапте | 05.04.24 |  |
|  28 | Лапта. Закрепление стойки игрока. Передвижения игроков. | 12.04.24 |  |
| 29 | Лапта. Игры подводящие к игре «Лапта» «Вызов номеров». | 19.04.24 |  |
| 30 | Лапта. Ловли и передачи. | 26.04.24 |  |
|  31 | Лапта. Подачи. | 03.05.24 |  |
| 32 | Лапта. Подачи. | 17.05.24 |  |
| 33  | Лапта. Игра по упрощенным правилам в мини-лапту. | 20.05.24 |  |
| 34 | Лапта. Игра по упрощенным правилам в мини-лапту. | 24.05.24 |  |