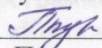



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Репенская средняя общеобразовательная школа»
Алексеевского городского округа

«Рассмотрено»
Руководитель МО
гуманитарного цикла
 Бурцева Т.Т.
Протокол № 4
от «18» июня 2019 г.

«Согласовано»
Заместитель директора
МБОУ «Репенская СОШ»
 Острикова Е. Г.
«18» июня 2019 г.

«Утверждаю»
Директор
МБОУ «Репенская СОШ»
 Локтева С. П.
Приказ № 65
от «20» июня 2019 г.



Рабочая программа
внеурочной деятельности «Подвижные игры»
на уровень основного общего образования
спортивно-оздоровительное направление
составлена учителем физической культуры
Жашковым Олегом Сергеевичем
возраст воспитанников **11-14 лет**
срок реализации **5 лет**

«Принята»
на заседании педагогического совета школы
Протокол от «20» юня 2019 г. № 10

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 5 - 9 классов разработана в соответствии с требованиями:

- федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2012);

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (вместе с "СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...") (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 N 33660);

- положения о Рабочей программе внеурочной деятельности педагога, реализующего ФГОС;

- авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов» (В. И. Лях, М. Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2014);

- учебного плана МБОУ «Репенская СОШ».

Главная цель развития отечественной системы школьного образования определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в Базисный учебный план, также ориентирована на достижение этой цели. В свою очередь **специфической целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.**

Образовательный процесс внеурочной деятельности «Подвижные игры» в основной школе направлен на решение **следующих задач:**

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

- обучение основам базовых видов двигательных действий;

- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);

- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

- выработку представлений о приёмах самоконтроля;

- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА

Предметом обучения внеурочной деятельности «Подвижные игры» в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного занятия внеурочной деятельности является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требований к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программы основного общего образования;
- приказа Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Преподавание программы «Подвижные игры» проводится во второй половине дня. Важность этого курса для школьников подчеркивается тем, что он осуществляется в рамках программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, рекомендованного для внеурочной деятельности новым стандартом. Программа «Подвижные игры» изучается с 5 по 9 класс из расчета 170 ч по одному часу в неделю, из них: в 5 классе – 34 ч, в 6 классе – 34 ч, в 7 классе – 34 ч, в 8 классе – 34 ч, в 9 классе – 34 ч.

Участники программы: дети от 11 до 14 лет. Сроки реализации: 5 лет

Учебно-тематический план для учащихся 5-9 класса

№ п/п	Вид программного материала	Ко-во в год	5 класс			
			I	II	III	VI
		Недель (всего):	Количество часов в четверть			
		34	9	7	10	8
		Часы	Количество часов в четверть			
1.	Основы знаний	4	1	1	1	1
2.	Спортивные игры	Лапта	8	2		
3.		Волейбол		4	6	
4.		Футбол	10			3

	Всего:		34	34				
№ п/п	Вид программного материала		Ко-во в год	6 класс				
				I	II	III	VI	
			Неделя (всего):		Количество часов в четверть			
			34		9	7	10	8
		Часы	Количество часов в четверть					
1.	Основы знаний		4	1	1	1	1	
2.	Спортивные игры	Лапта	10	8	2			
3.		Волейбол	10		4	6		
4.		Футбол	10			3	7	
		Всего:	34	34				

№ п/п	Вид программного материала		Ко-во в год	7 класс				
				I	II	III	VI	
			Неделя (всего):		Количество часов в четверть			
			34		9	7	10	8
		Часы	Количество часов в четверть					
1.	Основы знаний		4	1	1	1	1	
2.	Спортивные игры	Лапта	10	8	2			
3.		Волейбол	10		4	6		
4.		Футбол	10			3	7	
		Всего:	34	34				

№ п/п	Вид программного материала		Ко-во в год	8 класс				
				I	II	III	VI	
			Неделя (всего):		Количество часов в четверть			
			34		9	7	10	8
		Часы	Количество часов в четверть					
1.	Основы знаний		4	1	1	1	1	
2.	Спортивные игры	Лапта	10	8	2			
3.		Волейбол	10		4	6		

4.		Футбол	10			3	7
		Всего:	34			34	

№ п/п	Вид программного материала	Ко-во в год	9 класс			
			I	II	III	VI
			Неделя (всего):			
			Количество часов в четверть			
		34	9	7	10	8
		Часы	Количество часов в четверть			
1.	Основы знаний	4	1	1	1	1
2.	Спортивные игры	Лапта	10	8	2	
3.		Волейбол	10		4	6
4.		Футбол	10			3
		Всего:	34			34

Примечание: в течение года возможно изменение количества часов на изучение тем программы в связи с совпадением занятий расписания с праздничными днями, сроками изменения каникул и другими особенностями функционирования МБОУ «Репенская СОШ».

Описание ценностных ориентиров содержания учебного материала

Ценностными ориентирами содержания являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
- формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия;
- развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
- привлечение обучающихся к обмену информацией в ходе свободного общения на занятиях;
- создание условий для укрепления здоровья и разностороннего развития детей;
- обогащение двигательного опыта учащихся посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми упражнениями повышенной сложности;
- достижение более высокого уровня функциональных возможностей всех систем организма, повышение его адаптивных свойств;
- формирование у учащихся устойчивой потребности в занятиях физической культурой и спортом, воспитание нравственных и волевых качеств.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 5—9 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. Личностные результаты освоения программного материала проявляются в следующих областях культуры.

Личностные результаты освоения программного материала проявляются в следующих областях культуры:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить, свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить, свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возможности выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего длительную творческую активность;

- понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) поведения.

Предметные результаты

В основной школе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования *результаты* изучения курса «Физическая культура» должны отражать:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Личностные, метапредметные и предметные результаты проявляются в различных областях культуры:

- в области познавательной культуры;
- в области нравственной культуры;
- в области трудовой культуры;
- в области эстетической культуры;
- в области коммуникативной культуры;
- в области физической культуры.

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

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» ожидается:

- повышение качества и количества мероприятий с учащимися, направленных на формирование здорового образа жизни;
- улучшение здоровья учащихся;

- формирование у учащихся осознанной потребности в здоровом образе жизни; повышение интереса школьников к занятиям физической культурой и спортом;
- пополнение материальной базы для проведения уроков физической культуры и внеклассных мероприятий;
- создание необходимой базы материалов и методологической основы для формирования здорового образа жизни, внедрение новых форм и методов воспитательной работы;
- развитие умений работать в коллективе;
- формирование у детей уверенности в своих силах;
- умение применять игры самостоятельно.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

5 класс

Основы знаний (4ч)

Вводный инструктаж по ТБ. Требования к спортивной одежде и обуви. История и развитие современного волейбола. История и развития современного футбола

Лапта (10 ч)

Основы знаний (1ч): История и развитие игры «Русская лапта». Основные правила игры;

Развитие выносливости. Кроссовая подготовка. Броски мяча снизу в стену с 3 м. Броски мяча в стену с 6 м. Передачи и ловля мяча в парах на расстоянии 18 м. Броски в цель с подбора мяча после перемещения с 10 м. Броски мяча в обе стены в центре зала (24x12). Подбрасывание мяча. Удар битой сверху и снизу. Удар битой сбоку. Учебная игра с разбором ошибок.

Волейбол (10 ч)

Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Разучивание передачи сверху двумя руками вперёд вверх (в опорном положении). Разучивание верхней передачи мяча у стены. Разучивание передачи снизу двумя руками над собой. Разучивание передачи снизу двумя руками в парах. Разучивание нижней прямой подачи. Разучивание приёма мяча снизу и сверху двумя руками. Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении

Футбол (10 ч)

Техническая подготовка. Перемещение по футбольному полю, площадке. Ведение и передачи мяча в движении. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Остановка мяча, жонглирование мячом. Остановка внутренней стороной стопы, подошвой, грудью. Удары по воротам различными способами на точность попадания в цель. Удары по воротам внутренней частью стопы,

внешней частью, удары серединой подъема. Обманные движения, отбор мяча. Удары по мячу головой. Техника игры вратаря: ловля и отбивание мяча. Товарищеская встреча по футболу

6 класс

Основы знаний (4 ч)

Вводный инструктаж по ТБ. Требования к спортивной одежде и обуви. Правила Федерации русской лапты. Распорядок дня юного волейболиста : закаливание, режим и питание спортсмена. Распорядок дня юного футболиста: закаливание, режим и питание спортсмена.

Лапта (10 ч)

Выполнение осаливания. Выполнение переосаливания. Ловля мяча одной и двумя руками. Выполнение передачи мяча с места. Ловля мяча при перемещении игроков по площадке. Передача мяча в движении. Передвижения игроков по площадке. Индивидуальные и групповые действия. Командные действия. Учебная игра с разбором ошибок.

Волейбол (10 ч)

Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Закрепление передачи сверху двумя руками вперед вверх (в опорном положении). Разучивание верхней прямой подачи. Развитие скоростных, скоростносиловых, координационных способностей, выносливости, гибкости. Разучивание прямого нападающего удара (по ходу). Разучивание одиночного блокирования. Разучивание страховки при блокировании. Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите. Двусторонняя учебная игра.

Футбол (10 ч)

Комплексы упражнений без мяча и с мячом, направленные на развитие координационных способностей. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой. Ведение мяча с обводкой стоек. Совершенствование ведения мяча с обводкой стоек. Передача мяча и остановка мяча в парах на месте. Совершенствование передачи мяча и остановки мяча в парах на месте. Игра в квадрате. Введение мяча в игру броском двумя руками из-за боковой линии. Ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам. Товарищеская встреча по футболу

7 класс

Основы знаний (4 ч)

Вводный инструктаж по ТБ. Требования к спортивной одежде и обуви. Варианты лапты, ответвившиеся от основного вида: ярославская лапта, переменки, чиж, донская лапта. Варианты волейбола, ответвившиеся от основного вида: пляжный волейбол, волейбол на снегу, пионербол, волейбол сидя. Виды футбола: регби-футбол, пляжный футбол, дворовый футбол, футбольный фристайл

Лапта (10 ч)

Ускорения и пробежки. Удары по лежащему и подброшенному мячу. Ловля и передача мяча. Бег с ускорением. Перебежки. Разучивание передвижения по игровому полю. Тактика игры бьющей команды. Разучивание техники перемещений. Осаливания и переосаливания. Самоосаливание. Учебная игра с разбором ошибок.

Волейбол (10 ч)

Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Закрепление верхней прямой подачи. Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками. Совершенствование приём мяча сверху двумя руками. Закрепление одиночного блокирования. Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём). Закрепление страховки при блокировании. Разучивание групповых тактических действий в нападении, защите. Учебная игра с разбором ошибок.

Футбол (10 ч)

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника и ударом по воротам. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника и ударом по воротам. Совершенствование культуры передачи мяча и остановки мяча в парах, тройках. Ведение одновременно двух мячей. Обманные движения, отбор мяча. Работа с вратарем (ловкость, реакция). Жонглирование мячом одной ногой, попеременно правой и левой ногами. Передачи мяча правой и левой ногой, обводка. Товарищеская встреча по футболу

8 класс

Основы знаний (4 ч)

Вводный инструктаж по ТБ. Требования к спортивной одежде и обуви. Социальное значение спорта, состояние и развитие лапты в настоящее время. История и тенденции развития волейбола в России. История и тенденции развития футбола в России

Лапта (10 ч)

Техника ловли низко летящего мяча. Передача и ловля мяча в двойках. Совершенствование перебежек в лапте. Групповые действия в лапте. Техника ловли низко летящего мяча. Передача и ловля в двойках, тройках, четверках. Совершенствование техники осаливания и переосаливания. Метание мяча на дальность. Командные действия в защите. Тактические действия в игре. Учебная игра с разбором ошибок

Волейбол (10 ч)

Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку) Приём мяча снизу двумя руками. Приём мяча сверху двумя руками. Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой. Разучивание командных тактических действий в нападении, защите. Судейство учебной игры в волейбол. Учебная игра с разбором ошибок.

Футбол (10 ч)

Силовая подготовка: отжимания, поднятие туловища из положения лёжа, подтягивание. Умение найти свободное пространство и занять его. Игра вратаря. Ловля катящегося мяча. И летящего навстречу. Отбор мяча ударом ногой, перехватом, корпусом, в подкате. Розыгрыш свободного и

штрафного удара. Игра в квадрате с минимальным касанием мяча. Пробитие 11 метрового удара. Судейская практика. Судейство игры в футбол. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Учебная игра с разбором ошибок.

9 класс

Основы знаний (4 ч)

Вводный инструктаж по ТБ. Требования к спортивной одежде и обуви. Российские соревнования по русской лапте. Крупнейшие соревнования по волейболу: олимпийские игры, чемпионат мира, кубок мира, всемирный Кубок чемпионов, лига наций, чемпионат Европы, Евролига. Крупнейшие соревнования по футболу в России: Кубок конфедераций, Чемпионат России по футболу, Кубок России по футболу, Суперкубок России.

Лапта (10 ч)

Тактика игры в защите и в нападении. Обучение финтам в лапте. Удар «свечой». Осаливание, удары битой. Удары битой сбоку и сверху. Боковые и верхние удары битой. Высаливание, тактика игры в «поле». Техника игры в защите. Броски в цель с подбора мяча после перемещения с 10 м. Инструкторская и судейская практика. Учебная игра с разбором ошибок.

Волейбол (10 ч)

Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Передача снизу двумя руками над собой. Передача снизу двумя руками в парах. Разучивание подачи в прыжке. Разучивание нападающего удара с переводом вправо (влево). Приём мяча снизу, сверху двумя руками. Совершенствование страховки при блокировании. Совершенствование командных тактических действий в нападении, защите. Судейство учебной игры в волейбол. Учебная игра с разбором ошибок.

Футбол (10 ч)

Силовая подготовка: отжимания, поднятие туловища из положения лёжа, подтягивание. Умение найти свободное пространство и занять его. Игра вратаря. Ловля катящегося мяча. И летящего навстречу. Отбор мяча ударом ногой, перехватом, корпусом, в подкате. Розыгрыш свободного и штрафного удара. Игра в квадрате с минимальным касанием мяча. Пробитие 11 метрового удара. Судейская практика. Судейство игры в футбол. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Игра в защите. Отбор мяча ударом ногой.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Количество	Процент обеспеченности
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)			
1.1	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д	1	100%
1.2	Учебник и пособия, которые входят в предметную линию В. И. Ляха. <i>В. И. Лях</i> . Физическая культура. 5-7 классы, 8-9 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений.	К	13	100%
1.3	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	+	100%
2	Демонстрационные учебные пособия			
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	+	100%

3	Экранно-звуковые пособия			
3.1	Аудиовизуальные пособия по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителях), Аудиозаписи	Д	+	100%
4	Технические средства обучения			
4.1	Ноутбук	Д	+	100%
4.2	Мультимедийный проектор	Д	+	100%
4.3	Экран	Д	+	100%
4.4	Принтер	Д	+	100%
5	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование			
5.1	Стенка гимнастическая	Г	3	100%
5.2	Козёл гимнастический	Г	1	100%
5.3	Перекладина гимнастическая	Г	1	100%
5.4	Скамейка гимнастическая жёсткая	Г	4	100%
5.5	Маты гимнастические	Г	4	100%
5.6	Мяч малый (теннисный)	К	6	100%
5.7	Скакалка гимнастическая	К	6	100%
5.8	Обруч гимнастический	К	6	100%
5.9	Сетка для переноса малых мячей	Д	1	100%
5.10	Планка для прыжков в высоту	Д	1	100%
5.11	Стойка для прыжков в высоту	Д	2	100%
5.12	Флажки разметочные на опоре	Г	6	100%
5.13	Лента финишная	Д	1	100%
5.14	Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	Г	1	100%
5.15	Рулетка измерительная (Юм, 50м)	Д	1	100%
5.16	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	1	100%
5.17	Мячи баскетбольные для мини-игры	Г	3	100%
5.18	Сетка для переноса и хранения мячей	Д	1	100%
5.19	Жилетки игровые с номерами	Г	+	100%
5.20	Стойки волейбольные универсальные	Д	2	100%
5.21	Сетка волейбольная	Д	1	100%
5.22	Мячи волейбольные	Г	6	100%
5.23	Ворота для мини-футбола	Д	2	100%
5.24	Сетка для ворот мини-футбола	Д	6	100%
5.25	Мячи футбольные	Г	+	
5.26	Аптечка медицинская	Д	+	100%
6	Спортивные залы (кабинеты)			
6.1	Спортивный зал игровой		+	100%
6.3	Зоны рекреации		+	100%

6.4	Кабинет учителя		+	100%
6.5	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		+	100%
7	Пришкольный стадион (площадка)			
7.1	Легкоатлетическая дорожка	Д	+	100%
7.2	Сектор для прыжков в длину	Д	+	100%
7.3	Сектор для прыжков в высоту	Д	+	100%
7.4	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	+	100%
7.5	Площадка игровая баскетбольная	Д	+	100%
7.6	Площадка игровая волейбольная	Д	+	100%
7.7	Гимнастический городок	Д	+	100%
7.8	Полоса препятствий	Д	-	

Учебно - тематический план

5 класс

№ п/п	№ п/п в разделе	Содержание (разделы, темы)	Характеристика деятельности ученика	Кол-во часов	Дата проведения	
					план	факт
		Основы знаний (2)		2		
1	1	Вводный инструктаж по ТБ. Требования к спортивной одежде и обуви.	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях	1		
2	2	История и развитие игры «Русская лапта». Основные правила игры	Знать историю и развитие игры «Русская лапта». Основные правила игры	1		
		Лапта (10 ч.)		10		
3	1	Развитие выносливости. Кроссовая подготовка.	Закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	1		
4	2	Броски мяча снизу в стену с 3 м	Игра «База»	1		
5	3	Броски мяча в стену с 6 м.	Эстафеты с ведением и броском мяча	1		
6	4	Передачи и ловля мяча в парах на расстоянии 18 м.	Эстафеты с ведением и передачей мяча	1		
7	5	Броски в цель с подбора мяча после перемещения с 10 м.	Игра «Попади в круг».	1		
8	6	Броски мяча в обе стены в центре зала (24x12).	Игра «Метко в цель»	1		
9	7	Подбрасывание мяча.	Игры, развивающие физические способности	1		

10	8	Удар битой сверху и снизу.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
11	9	Удар битой сбоку	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
12	10	Учебная игра с разбором ошибок.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
		Основы знаний (1 ч)		1		
13	1	Инструктаж по ТБ. История и развитие современного волейбола.	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях. Знать историю и развитие современного волейбола.	1		
		Волейбол (10 ч)		10		
14	1	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
15	2	Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Учебная игра с тактическими задачами	1		
16	3	Разучивание передачи сверху двумя руками вперед вверх (в опорном положении).	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	1		
17	4	Разучивание верхней передачи мяча у стены.	Игры, развивающие физические способности	1		
18	5	Разучивание передачи снизу двумя руками над собой.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
19	6	Разучивание передачи снизу двумя руками в парах.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.	1		
20	7	Разучивание нижней прямой подачи.	Подвижные игры и эстафеты.	1		
21	8	Разучивание приёма мяча снизу и сверху двумя руками.	Двусторонняя учебная игра.	1		
22	9	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении	Учебная игра с тактическими задачами	1		
23	10	Разучивание индивидуальных тактических действия в защите.	Игры и эстафеты на закрепление и	1		

			совершенствование технических приемов и тактических действий			
		Основы знаний (1 ч)		1		
24	1	Инструктаж по ТБ. История и развития современного футбола.	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях. Знать историю и развития современного футбола.	1		
		Футбол (10 ч)		11		
25	1	Техническая подготовка. Перемещение по футбольному полю, площадке.	Подвижные игры с элементами футбола.	1		
26	2	Ведение и передачи мяча в движении	Игры, развивающие физические способности	1		
27	3	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма	Учебная игра с тактическими задачами	1		
28	4	Остановка мяча, жонглирование мячом	Эстафеты с ведением мяча	1		
29	5	Остановка внутренней стороной стопы, подошвой, грудью	Учебная игра с тактическими задачами	1		
30	6	Удары по воротам различными способами на точность попадания в цель	Игры, развивающие физические способности	1		
31	7	Удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема	Учебная игра с тактическими задачами	1		
32	8	Обманные движения, отбор мяча. Удары по мячу головой	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
33	9	Техника игры вратаря: ловля и отбивание мяча.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
34	10	Товарищеская встреча по футболу	Учебная игра с тактическими задачами	1		

6 класс

№ п/п	№ п/п в разделе	Содержание (разделы, темы)	Характеристика деятельности ученика	Кол-во часов	Дата проведения	
					план	факт

		Основы знаний (2 ч)		2		
1	1	Вводный инструктаж по ТБ. Требования к спортивной одежде и обуви.	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях	1		
2	2	Правила Федерации русской лапты	Знать правила Федерации русской лапты	1		
		Лапта (10 ч)		10		
3	1	Выполнение осаливания.	Игра «База»	1		
4	2	Выполнение переосаливания.	Игра «Метко в цель»	1		
5	3	Ловля мяча одной и двумя руками	Эстафеты с ведением и передачей мяча	1		
6	4	Выполнение передачи мяча с места	Эстафеты с ведением и передачей мяча	1		
7	5	Ловля мяча при перемещении игроков по площадке	Эстафеты с ведением и передачей мяча	1		
8	6	Передача мяча в движении	Игра «Попади в круг».	1		
9	7	Передвижения игроков по площадке	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
10	8	Индивидуальные и групповые действия.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
11	9	Командные действия.	Игры, развивающие физические способности	1		
12	10	Учебная игра с разбором ошибок.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
		Основы знаний (1 ч)		1		
13	1	Инструктаж по ТБ. Распорядок дня юного волейболиста : закаливание, режим и питание спортсмена.	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях. Знать распорядок дня юного волейболиста : закаливание, режим и питание спортсмена	1		
		Волейбол (10 ч)		10		
14	1	Закрепление перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед.	Подвижные игры с элементами волейбола.	1		
15	2	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Игры, развивающие физические способности	1		
16	3	Закрепление передачи сверху двумя руками вперед вверх (в опорном положении).	Учебная игра с тактическими задачами	1		
17	4	Разучивание верхней прямой подачи.	Эстафеты с ведением мяча	1		
18	5	Развитие скоростных, скоростносиловых,	Учебная игра с тактическими задачами	1		

		координационных способностей, выносливости, гибкости.				
19	6	Разучивание прямого нападающего удара (по ходу).	Игры, развивающие физические способности			
20	7	Разучивание одиночного блокирования.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
21	8	Разучивание страховки при блокировании.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
22	9	Разучивание индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
23	10	Двусторонняя учебная игра.	Двусторонняя учебная игра с тактическими задачами	1		
		Основы знаний (1 ч)		1		
24	1	Инструктаж по ТБ. Распорядок дня юного футболиста: закаливание, режим и питание спортсмена.	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях. Знать распорядок дня юного футболиста: закаливание, режим и питание спортсмена	1		
		Футбол (10 ч)		10		
25	1	Комплексы упражнений без мяча и с мячом, направленные на развитие координационных способностей.	Подвижные игры с элементами футбола.	1		
26	2	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой.	Эстафеты с ведением мяча	1		
27	3	Ведение мяча с обводкой стоек	Игра «База»	1		
28	4	Совершенствование ведения мяча с обводкой стоек.	Двусторонние игры. Игры между группами в классе	1		
29	5	Передача мяча и остановка мяча в парах на месте	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
30	6	Совершенствование передачи мяча и остановки мяча в парах на месте.	Игры, развивающие физические способности	1		
31	7	Игра в квадрате.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
32	8	Введение мяча в игру броском двумя руками из-за	Игры и эстафеты на закрепление и	1		

		боковой линии.	совершенствование технических приемов и тактических действий			
33	9	Ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам.	Игра в «Стенку».	1		
34	10	Товарищеская встреча по футболу	Учебная игра с тактическими задачами	1		

7 класс

№ п/п	№ п/п в разделе	Содержание (разделы, темы)	Характеристика деятельности ученика	Кол-во часов	Дата проведения	
					план	факт
		Основы знаний (2 ч)				
1	1	Вводный инструктаж по ТБ. Требования к спортивной одежде и обуви.	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях	1		
2	1	Варианты лапты, ответвившиеся от основного вида: ярославская лапта, переменки, чиж, донская лапта	Знать варианты лапты, ответвившиеся от основного вида	1		
		Лапта (10 ч)		10		
3	1	Ускорения и пробежки.	Игра «Попади в круг».	1		
4	2	Удары лежащему и подброшенному мячу	Развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве	1		
5	3	Ловля и передача мяча	Игра «База»	1		
6	4	Бег с ускорением. Перебежки.	Игры: прыгуны и пятнашки	1		
7	5	Разучивание передвижения по игровому полю.	Эстафета бег по кругу	1		
8	6	Тактика игры бьющей команды.	Игра лапта (удары битой)	1		
9	7	Разучивание техники перемещений.	Эстафета на полосе препятствий	1		
10	8	Оосаливания и переосаливания.	Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни	1		
11	9	Самоосаливание	Игра: сильный бросок, перестрелка	1		
12	10	Учебная игра с разбором ошибок.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
		Основы знаний (1 ч)		1		
13	1	Инструктаж по ТБ. Варианты волейбола,	Знать требования инструкций по технике	1		

		ответвившиеся от основного вида: пляжный волейбол, волейбол на снегу, пионербол, волейбол сидя.	безопасности на занятиях. Знать варианты волейбола, ответвившиеся от основного вида			
		Волейбол (10 ч)		10		
14	1	Совершенствование перемещений в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	Подвижные игры с элементами пионербола.	1		
15	2	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Игры, развивающие физические способности	1		
16	3	Закрепление верхней прямой подачи.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
17	4	Совершенствованиеприёма мяча снизу двумя руками.	Эстафеты с ведением мяча	1		
18	5	Совершенствованиеприём мяча сверху двумя руками	Учебная игра с тактическими задачами	1		
19	6	Закреплениеодиночного блокирования	Игры, развивающие физические способности	1		
20	7	Разучивание группового блокирования (вдвоём, втроём).	Учебная игра с тактическими задачами	1		
21	8	Закреплениестраховки при блокировании.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
22	9	Разучивание групповых тактических действий в нападении, защите	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
23	10	Учебная игра с разбором ошибок.	Двусторонняя учебная игра с тактическими задачами	1		
		Основы знаний (1 ч)		1		
24	1	Инструктаж по ТБ. Виды футбола: регби-футбол, пляжный футбол, дворовый футбол, футбольный фристайл	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях. Знать виды футбола	1		
		Футбол (10 ч)		10		
25	1	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений.	Подвижные игры с элементами футбола.	1		
26	2	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника и ударом по воротам	Эстафеты с ведением мяча	1		

27	3	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника и ударом по воротам.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
28	4	Совершенствование культуры передачи мяча и остановки мяча в парах, тройках.	Эстафеты с ведением мяча	1		
29	5	Ведение одновременно двух мячей.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
30	6	Обманные движения, отбор мяча.	Двусторонние игры. Игры между группами в классе	1		
31	7	Работа с вратарем (ловкость, реакция)	Игры развивающие физические способности	1		
32	8	Жонглирование мячом одной ногой, попеременно правой и левой ногами.	Подвижные игры с элементами футбола.	1		
33	9	Передача мяча правой и левой ногой, обводка	Игры, развивающие физические способности	1		
34	10	Товарищеская встреча по футболу	Учебная игра с тактическими задачами	1		

8 класс

№ п/п	№ п/п в разделе	Содержание (разделы, темы)	Характеристика деятельности ученика	Кол-во часов	Дата проведения	
					план	факт
		Основы знаний (2 ч)		2		
1	1	Вводный инструктаж по ТБ. Требования к спортивной одежде и обуви.	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях	1		
2	2	Социальное значение спорта, состояние и развитие лапты в настоящее время.	Знать социальное значение спорта, состояние и развитие лапты в настоящее время.	1		
		Лапта (10 ч)		10		
3	1	Техника ловли низко летящего мяча	Эстафеты с ведением	1		
4	2	Передача и ловля мяча в двойках	Эстафеты с передачей и ловлей мяча	1		
5	3	Совершенствование перебежек в лапте	Игра «Быстрые и ловкие».	1		
6	4	Групповые действия в лапте. Техника ловли низко летящего мяча	Игры развивающие физические способности	1		
7	5	Передача и ловля в двойках, тройках, четверках.	Игра «База»	1		

8	6	Совершенствование техники осаливания и переосаливания.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий мяча	1		
9	7	Метание мяча на дальность.	Игра «Метко в цель»	1		
10	8	Командные действия в защите.	Игра «Метко в цель»	1		
11	9	Тактические действия в игре	Учебная игра с тактическими задачами	1		
12	10	Учебная игра с разбором ошибок	Учебная игра с тактическими задачами	1		
Основы знаний (1 ч)				1		
13	1	Инструктаж по ТБ. История и тенденции развития волейбола в России	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях. Знать историю и тенденции развития волейбола в России	1		
Волейбол (10 ч)				10		
14	1	Стойки игрока.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
15	2	Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Учебная игра с тактическими задачами	1		
16	3	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	Подвижные игры и эстафеты.	1		
17	4	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)	Эстафеты с ведением мяча	1		
18	5	Приём мяча снизу двумя руками	Учебная игра с тактическими задачами	1		
19	6	Приём мяча сверху двумя руками	Игры, развивающие физические способности	1		
20	7	Разучивание приёма мяча, отражённого сеткой.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
21	8	Разучивание командных тактических действий в нападении, защите	Подвижные игры с элементами пионербола.	1		
22	9	Судейство учебной игры в волейбол	Игры, развивающие физические способности	1		
23	10	Учебная игра с разбором ошибок.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
Основы знаний (1 ч)				1		

24	1	Инструктаж по ТБ. История и тенденции развития футбола в России	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях. Знать историю и тенденции развития футбола в России	1		
Футбол (10 ч)				10		
25	1	Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа, подтягивание	Подвижные игры с элементами футбола.	1		
26	2	Умение найти свободное пространство и занять его.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
27	3	Игра вратаря. Ловля катящегося мяча. И летящего навстречу.	Эстафеты с ведением мяча	1		
28	4	Отбор мяча ударом ногой, перехватом, корпусом, в подкате.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
29	5	Розыгрыш свободного и штрафного удара.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
30	6	Игра в квадрате с минимальным касанием мяча.	Игры развивающие физические способности	1		
31	7	Пробитие 11 метрового удара.	Подвижные игры с элементами футбола.	1		
32	8	Судейская практика. Судейство игры в футбол.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
33	9	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
34	10	Учебная игра с разбором ошибок.	Учебная игра с тактическими задачами	1		

9 класс

№ п/п	№ п/п в разделе	Содержание (разделы, темы)	Характеристика деятельности ученика	Кол-во часов	Дата проведения	
					план	факт
Основы знаний (2 ч)				2		
1	1	Вводный инструктаж по ТБ. Требования к спортивной одежде и обуви.	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях	1		
2	2	Российские соревнования по русской лапте.	Знать основные российские соревнования по лапте	1		
Лапта (10ч)				10		

3	1	Тактика игры в защите и в нападении	Игра лапта	1		
4	2	Обучение финтам в лапте.	Игра «Быстрые и ловкие».	1		
5	3	Удар «свечой». Осаливание, удары битой	Игры развивающие физические способности	1		
6	4	Удары битой сбоку и сверху	Эстафеты с ведением и ударом мяча	1		
7	5	Боковые и верхние удары битой	Игра «Метко в цель»	1		
8	6	Высаливание, тактика игры в «поле»	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
9	7	Техника игры в защите	Игра «Борьба за мяч»	1		
10	8	Броски в цель с подбора мяча после перемещения с 10 м.	Развитие физических качеств общеразвивающих упражнений	1		
11	9	Инструкторская и судейская практика	Учебная игра с тактическими задачами	1		
12	10	Учебная игра с разбором ошибок.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
		Основы знаний (1 ч)		1		
13	1	Инструктаж по ТБ. Крупнейшие соревнования по волейболу: олимпийские игры, чемпионат мира, кубок мира, всемирный Кубок чемпионов, лига наций, чемпионат Европы, Евролига	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях. Знать крупнейшие соревнования по волейболу	1		
		Волейбол (10 ч)		10		
14	1	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед	Подвижные игры с элементами пионербола.	1		
15	2	Передача снизу двумя руками над собой	Учебная игра с тактическими задачами	1		
16	3	Передача снизу двумя руками в парах	Эстафеты с ведением мяча	1		
17	4	Разучивание подачи в прыжке.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
18	5	Разучивание нападающего удара с переводом вправо (влево).	Учебная игра с тактическими задачами	1		
19	6	Приём мяча снизу, сверху двумя руками.	Игры развивающие физические способности	1		
20	7	Совершенствование страховки при блокировании.	Двусторонняя учебная игра	1		
21	8	Совершенствование командных тактических	Игры, развивающие физические способности	1		

		действий в нападении, защите.				
22	9	Судейство учебной игры в волейбол.	Игры, развивающие физические способности	1		
23	10	Учебная игра с разбором ошибок.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
		Основы знаний (1 ч)		1		
24	1	Инструктаж по ТБ. Крупнейшие соревнования по футболу в России: Кубок конфедераций, Чемпионат России по футболу, Кубок России по футболу, Суперкубок России	Знать требования инструкций по технике безопасности на занятиях. Знать крупнейшие соревнования по футболу	1		
		Футбол (10 ч)		10		
25	1	Силовая подготовка: отжимания, поднятие туловища из положения лёжа, подтягивание	Подвижные игры с элементами футбола.	1		
26	2	Умение найти свободное пространство и занять его.	Эстафеты с ведением мяча	1		
27	3	Игра вратаря. Ловля катящегося мяча. И летящего навстречу.	Эстафеты с ведением мяча	1		
28	4	Отбор мяча ударом ногой, перехватом, корпусом, в подкате.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		
29	5	Розыгрыш свободного и штрафного удара.	Игры развивающие физические способности	1		
30	6	Игра в квадрате с минимальным касанием мяча.	Двусторонняя учебная игра с разбором ошибок.	1		
31	7	Пробитие 11 метрового удара.	Игры развивающие физические способности	1		
32	8	Судейская практика. Судейство игры в футбол.	Подвижные игры с элементами футбола.	1		
33	9	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.	Учебная игра с тактическими задачами	1		
34	10	Игра в защите. Отбор мяча ударом ногой.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1		

ПРОШНУРОВАНО, ПРОНУМЕРОВАНО
И СКРЕПЛЕНО ПЕЧАТЬЮ

24

Директор МБОУ «Репенская СОШ» *[Signature]* С.П. Локтева



