муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Новосибирска
«Средняя общеобразовательная школа № 151»

Программа является частью ООП СОО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«*КОМАНДНЫЕ ИГРЫ*»
для обучающихся 10- 11 классов
(Срок реализации 1 года)

Составитель: Згурина Н.М..
учитель высшей категории

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с При создании программы по спортивной и физической подготовке были учтены изменения согласно Приказу Минпросвещения России от 09.10.2024 за N 704 и от 08.10.2025 г. за N 729, а также учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для укрепления, поддержания здоровья и сохранения активного творческого долголетия.

Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Курс внеурочной деятельности призван оказывать содействие гармоничному физическому развитию каждого ребёнка, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья; ориентирован на привитие потребности к систематическим занятиям физкультуры и спорта.

Учебное время по видам подготовки распределено таким образом, чтобы текущие темы совпадали с годовым планированием уроков физкультуры, что дополнительно стимулирует учащихся к занятиям и повышению уровня подготовки по тому или иному виду спорта. Программа включает в себя меж предметные связи с такими учебными дисциплинами, как физиология, биомеханика, спортивная психология, теория и методика спортивных игр. Теоретический и практический материалы программы предусматривают региональную составляющую, что позволяет обучающимся более глубоко изучать особенности различных игровых видов спорта. На практических занятиях обучающиеся овладевают техникой и тактикой игры, методикой судейства игр, методикой обучения других правил игры. В ходе занятий углубляются и систематизируются полученные знания, навыки в подборе упражнений, организации групп для товарищеского взаимодействия в ходе игры, совершенствуются физические качества. Также на занятиях внеурочной деятельности проводится контроль и проверка усвоения знаний, а также контроль физического состояния школьников.

Программа предусматривает изучение курса внеурочной деятельности командных игр по следующим разделам:

1. Основы техники и тактики в спортивных играх.
2. Методика обучения технике игры.
3. Организация и методика проведения занятий по спортивным играм.
4. Судейство в спортивных играх.

Цели курса:

способствовать формированию разностороннего физического развития личности, укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха, развитию физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.

Задачи курса:

1. развивать двигательные реакции, точности движения, ловкости, сообразительности;
2. обучать умению работать индивидуально и в группе, укреплять здоровья посредством развития физических качеств;
3. формировать коммуникативный способности детей на основе организации совместной деятельности, повышение эмоционального состояния по средствам физической активности.

4 Программа предполагает следующую структуру занятия: подготовительную часть (организация учащихся, объяснение задач занятия, подготовка организма занимающихся к предстоящей физической нагрузке и выполнению упражнений. Основную часть (изучение нового, повторение с целью совершенствования в выполнении пройденного материала, овладение детьми двигательных умений и навыков, развитие быстроты, силы, ловкости, решительности, смелости. Заключительную часть, где необходимо обеспечить постепенный переход от напряжения и возбуждения, вызванных занятиями в основной части урока, к относительно спокойному состоянию; подвести итоги занятия, организованно перейти к новым действиям (организованный уход из зала).

Общая характеристика учебного курса внеурочной деятельности

Спортивные игры сформировались на основе игровой деятельности, присущей человеку. Игра занимает большое место в жизни человека. Универсальная интрига любой игры — победа над собой: физическая, духовная, интеллектуальная, творческая.

Основным критерием эффективности соревновательной деятельности в спортивных играх служит победа над соперником. Количество побед определяет место в турнирной таблице всех участников. В многолетней спортивной практике сложилось так, что спортивный результат - занятое место в соревнованиях - стал критерием оценки уровня спортивного мастерства команды и ее членов. Общая характеристика игровых действий является важной основой при определении влияния спортивных игр на организм занимающихся. Спортивные игры имеют большое оздоровительно-гигиеническое значение. Правильно организованные занятия содействуют формированию гармоническому развитию занимающихся. Разнообразные движения и действия, выполняемые участниками спортивных игр в большинстве случаев на свежем воздухе, т. е. в благоприятных гигиенических условиях, имеют большое оздоровительное значение. Они способствуют укреплению двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма и являются средством активного отдыха. Велико образовательно-воспитательное значение спортивных игр. На практических и теоретических занятиях по спортивным играм занимающиеся приобретают специальные знания, умения и навыки, необходимые для овладения техникой и тактикой игры, и методикой тренировки. Систематическая тренировка является действенным средством воспитания настойчивости, целеустремленности, трудолюбия. Тренировка и участие в соревнованиях способствуют развитию дружбы и товарищества, чувства долга и ответственности перед коллективом.

С их помощью достигается цель - формирование основ физической и духовной культуры личности, повышение ресурсов здоровья как системы ценностей, активно и долгосрочно реализуемых в здоровом стиле жизни. Велика роль спортивных игр в решении задач физического воспитания в широком возрастном диапазоне, таких, как формирование осознанной потребности в освоении ценностей здоровья, физической культуры и спорта; физическое совершенствование и укрепление здоровья как условия обеспечения и достижения высокого уровня профессионализма в социально значимых видах деятельности; природосообразное и индивидуально приемлемое развитие физического потенциала, обеспечивающего достижение необходимого и достаточного уровня физических качеств, системы двигательных умений и навыков; физкультурное общее образование, направленное на освоение интеллектуальных, технологических, нравственных и эстетических ценностей физической культуры; актуализация знаний на уровне навыков проведения самостоятельных занятий и умений приобщать к ним других. Спортивная борьба увлекательна и интересна не только для участников, но и для зрителей. Игровая деятельность участников состязания вызывает у зрителей стремление стать такими же ловкими, смелыми и выносливыми. Поэтому привлечение молодежи к занятиям физкультурой часто происходит именно через спортивные игры.

Описание места учебного курса внеурочной деятельности в учебном плане

Программа рассчитана на 34 ч. в год - по 1 часу в неделю. Нагрузка рассчитывается согласно возрасту учеников.

Основные виды учебной деятельности на занятиях:

Формы организации учебных занятий по «Командным играм» следующие:

- групповая работа;
- круговая работа;
- индивидуальная работа,
- лекция, познавательная беседа;
- самостоятельная работа;
- учебно-тренировочная.

Основные виды учебной деятельности на занятиях:

- групповые тренировочные занятия;

- теоретические занятия (беседы, лекции, просмотр видеоматериалов по спортивной тематике и др.);
- контрольные испытания;
- соревновательная деятельность;
- участие в спортивно-массовых мероприятиях (эстафеты, игры, конкурсы, викторины, олимпиады и др.).

Результаты освоения «Командные игры»

Освоение курса внеурочной деятельности предполагает достижение следующих результатов:

В личностном направлении:

1. формирование дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей;
2. умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
3. умение оказывать помощь своим сверстникам;
4. правильно оценивать свои возможности в соревновательной, игровой ситуации; распределять свои усилия, действовать рационально и целесообразно планируемому результату;
5. координировать взаимодействие с партнёрами

В метапредметном направлении:

1. овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
2. освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
3. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
4. определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

В предметном направлении:

1. выполнять элементы спортивных игр, легкоатлетические и гимнастические упражнения, комбинации из акробатических элементов;
2. определять уровень физической подготовленности, соотносить свои результаты с показателями;
3. понимать влияние закаливания на организм человека;
4. самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие определённых физических качеств;
5. объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;
6. самостоятельно выполнять заданные комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
7. технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Техническое оснащение занятий

Оборудование: спортивный инвентарь, необходимый для учебно-тренировочных занятий (эстафетные палочки, мячи, барьеры, стойки, колодки)

Учебный класс спортивного блока Спортивный зал
с гладким покрытием Тренажёрный зал

Пришкольный стадион:

- игровое поле для футбола;
- легкоатлетическая дорожка;
- гимнастическая стенка

В результате освоения предусмотрена публичная презентация продукта деятельности в следующие сроки:

- участие в спортивных мероприятиях школьного уровня;

- участие во всероссийской олимпиаде школьников;
- участие в Президентских спортивных играх, Президентских состязаниях;
- участие в различных видах соревнованиях и спортивных мероприятиях ШСК;
- выполнение тестов ВФСК ГТО;
- результаты индивидуальных достижений, обучающихся могут фиксироваться учителем в протоколах по физической подготовке.

Содержание Учебно-тематический план

№	*Название раздела*	*Общее количество часов*
1	Русская лапта	6
2	Футбол	7
3	Баскетбол	7
4	Ганбол	7
5	Волейбол	7

Общая Физическая Подготовка

Основная стойка, построение в шеренгу. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий старт и бег со старта по команде. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, бег до 8 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180º, с места, со скакалкой, с высоты до 40 см, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель. метание на дальность отскока от стены, щита. Лазание по гимнастической стенке.

РУССКАЯ ЛАПТА (6 часов)

История возникновения лапты. Развитие русской лапты, мини-лапты России. Правила игры в русскую лапту. Жесты судей. Стартовая стойка, положение ног, туловища, рук игроков, располагающихся в поле. Стойка игрока подающего мяч. Перемещение боком, спиной, лицом: шаги, скачок, прыжок, бег, остановка. Сочетание способов перемещения. Ловля мяча. Ловля мяча двумя руками: мяч, летящий на уровне груди, мяч, летящий выше головы; мяч, прыгающий на площадке; мячи, летящие слева и справа на разных уровнях, на расстоянии вытянутых рук. Ловля мяча из положения лёжа, стоя, боком, сидя на площадке. Ловля мяча летящего свечой. Ловля мяча одной рукой: правой и левой руками с близкого расстояния, с дальнего расстояния. Ловля одной рукой мяча, летящего выше головы; мяча, летящего в 2-х м от игрока влево и вправо. Ловля мяча из положения, стоя спиной к бросающему мяч, стоя боком, сидя, лёжа на площадке. Выполнение передачи мяча.

Передача мяча с близкого расстояния, со среднего расстояния, с дальнего расстояния на точность. Выполнение передачи мяча на точность, стоя спиной к партнёру. Выполнение передачи мяча с места, в движении, с поворотом, с кувырком. Передачи мяча сидя, лёжа на полу. Выполнение передачи мяча на звуковой сигнал. Передача мяча из-за спины, сбоку, снизу и обратной рукой.

Осаливание (бросок мяча в соперника). Бросок мяча на точность по крупным и небольшим мишеням, стоя лицом и спиной к мишеням. Броски мяча по движущимся мишеням. Броски мяча в движении, в прыжке, с поворотом по неподвижным мишеням. Броски с разных дистанций. Бросок мяча в игрока, совершающего финт или увёртывание Броски мяча правой и левой руками по движущимся целям. Переосаливание. Поднять мяч после броска соперника и сделать обратный бросок (осаливание). Подача мяча. Подача мяча на различные высоты (от 50см до 3 м). Подача мяча за счёт ног за счёт маха руки (подкидывая мяч на различную высоту, стараться, чтобы мяч попадал в круг подачи). Подача мяча на точность приземления. Стартовая стойка, положение ног, туловища, рук игроков, бьющих ударом «сверху», «сбоку», «свечей». Стартовая стойка игрока, готовящегося к перебежке (высокий старт). Удар сверху. Выбор биты. Способы держания биты (хват). Способы удара битой: кистевой, локтевой, плечевой. Удары в заднюю зону. Ложные замахи для удара в противоположную сторону. Удары, посылающие мяч по высокой траектории. Подбивание мяча плоской битой. Удар сбоку. Выбор биты. Способы держания биты (хват). Количество попаданий битой по мячу, привязанному к перекладине футбольных ворот на верёвке или резине. Удары на

дальность. Удар битой на расстояние 10м (удар «подставкой»). Удар после, которого мяч летит по низкой траектории. Удар по мячу, после которого мяч летит по высокой траектории. Удар по мячу, подброшенному на 50см, 1 м, 1.5 м. Удары битой на заданное расстояние. Удары битой в заданные зоны. Удар «свечей». Выбор биты. Способы держания биты. Удары по низко подброшенному мячу.

Удары по высоко подброшенному мячу. Удары в заданные зоны. Удары на точность приземления. Удары, посылающие мяч вблизи контрольной линии. Перебежки. Перемещение лицом, боком, спиной вперёд: шаги, прыжки, бег, остановка. Сочетание способов перемещения. Старты на 30 м, 60 м, с максимальной скоростью. Бег 100 м с разделительным стартом (пробежать 50 м со средней скоростью, развернуться и оставшиеся 50 м бежать с максимальной скоростью в обратном направлении). Челночный бег 10х10. Пробежки коротких отрезков с максимальной скоростью из разнообразных исходных положений (лёжа, сидя, стоя спиной), обегая на пути различные препятствия. Зигзагообразный бег и по дуге. Акробатические упражнения. Различные виды кувырков.

Упражнения по самостраховке при падении. Прыжки. Прыжки толчком одной ногой, двумя ногами. Разнообразныепрыжки: в длину, в высоту. Самоосаливание. Бег по коридору, ограниченному двумя линиями, расстояние между ними 1 м. Бег100 м (50 м по коридору вперёд с максимальной скоростью, развернуться, 50 м обратно, при этом бегущий не должен наступить на линии ограничивающие коридор).

Индивидуальные действия. Выбор места для ловли мяча при ударе («сверху», «сбоку», «свеча»).

Действия защитника:

1. при пропуске мяча, летящего в его сторону
2. при страховке своих партнёров при ударе сверху
3. при выборе места для осаливания перебежчика
4. при выборе места для получения мяча от партнёра
5. при обратном переосаливании
6. при расположении нападающего за линией кона
7. при перебежке нападающих

Групповые действия. Действия группы защитников передней линии при ударах сверху.

Действия игроков задней линии при ударах сбоку. Взаимодействие подающего, центрального правого, (левого) дальнего защитников при выполнении перебежки с линии дома. Взаимодействие дальнего (левого, правого), центрального, подающего при выполнении перебежки с линии кона. Действия группы защитников при пропуске мяча за боковую линию. Взаимодействие игроков передней и задней линии при ударах «свеча». Взаимодействие игроков при осаливании перебежчика.

Командные действия. Система игры в защите.

Действия команды:

1. При ударе «сверху»;
2. При ударе сбоку и свечей;
3 Проигрывающий матч;
4. в случаях, когда у нападающих остался один игрок, имеющий право на удар;
5. при одиночных перебежках соперника;
6. при групповых перебежках соперника;
7. при ударе, когда мяч улетает за боковую линию;
8.самоосаливание соперника.

Индивидуальные действия. Выбор удара («сверху», «сбоку», «свеча») при той или иной ситуации. Направление удара (влево, вправо и по центру).

Действия перебежчика при осаливании его партнёра. Действия перебежчика, которого осаливает противник, в случае, когда партнёры приносят своей команде очки. Действия нападающего при выносе мяча защитником за линию дома. Выбор места для перебежки. Действия подающего при ошибках защитников. Групповые действия. Групповые перебежки за линию кона, за линию дома. Виды групповых перебежек (однонаправленные, разнонаправленные, веером). Групповая перебежка команды, имеющей в ходе встречи меньшее количество очков.

Командные действия при игре в нападении,

1.преимущественное использование игроками ударов способом «сверху».

2.преимущественное использование игроками ударов способом «свечой».

3.преимущественное использование игроками дальних боковых ударов.

Расстановка игроков в порядке очерёдности и пробития ударов.

Действия команды, проигрывающей в конце встречи от 1-12 очков. Действия команды, выигрывающей в ходе встречи с небольшим преимуществом, с большим преимуществом. Действия команды в случае, когда есть только один игрок, имеющий право на удар. Учебно-тренировочная игра. Выполнение установок тренера. Двухсторонняя игра: игра в русскую лапту, выполнение определенных установок тренера.

ФУТБОЛ (7 часов)

Развитие футбола в России; гигиенические знания и навыки. Комплекс физических упражнений. Правила игры в футбол; место; оборудование. ОФП: Упражнения на развитие скорости. Классификация и терминология технических приёмов футбола. Упражнения на развитие гибкости, силы. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП: Упражнение на развитие силы. Удар по мячу головой, ногой. Остановка, ведение мяча, отбор мяча Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие силы. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы. Удары по мячу серединой лба, остановка мяча подошвой. Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции. Передача мяча партнёру серединой лба. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча друг другу. Учебная игра. Тактическая игра в нападении и защите. Участие в школьных соревнованиях по футболу. Разбор проведенных учебных и календарных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом. Испытание по контрольным нормативам. 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».

ГАНБОЛ (7 часов)

История развитие ганбола в России. Правила игры в ганбол. Жесты судей. Стойка игрока. Передвижение игрока с мячом. Оборудование и инвентарь. Гигиена и врачебный контроль. Правила игры в ганбол. Перемещения игроков на площадке. Правильное ведение мяча. Броски мяча по воротам. Передачи мяча в игре. Свободная игра на площадке Игра на счет. Тактика игры. Основные тактические варианты игры.

БАСКЕТБОЛ(7часов)

История развитие баскетбола в России. Правила игры в баскетбол. Жесты судей. Ведение мяча, ловли и передача мяча, броски в корзину. Ведение мяча, ловля и передачи мяча, финты, эстафеты с ведением мяча. Учебная игра. Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны.

Игра «10 передач». Упражнения с мячом по заданию, финты, заслоны, техника игры в защите. Учебная игра. Передачи мяча двумя руками от груди, техника игры в защите, учебная игра в стритбол. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди со средней дистанции. Игра по упрощенным правилам. Эстафеты с элементами баскетбола. Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.

ВОЛЕЙБОЛ (7 часов)

Развитие волейбола России. Правила игры в волейбол. Жесты судей. Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах. Передача мяча двумя руками сверху после перемещения. Подвижная игра «Спираль». Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча). Верхняя и нижняя передачи мяча на точность после перемещения. Учебная игра в пионербол. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «Охотники и утки». Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра по упрощенным правилам. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием. Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Пионербол

с элементами волейбола. Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола. Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?»

Тематическое планирование по курсу «Командные игры»

№ занятия	Тема занятия	Количество часов	Виды деятельности обучающегося
Русская лапта – 3часа			
1	Техника безопасности при занятиях русской лаптой. Развитие русской лапты в России.	1	Теоретическое занятие. Анализ правил техники безопасности на занятиях физической культурой, особенности ТБ в разных видах физкультурной деятельности
2	Правила игры в русскую лапту	1	Практическое занятие. Демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений. Использовать упражнения для развития скоростно-силовых способностей.
3	Стартовая стойка. Способы перемещения. Ловля мяча. Выполнение передачи	1	Уметь ловить мяч и выполнять передачи. Выполнять построение, организационные команды, бега, разминки в движении, способы перемещения.
Футбол – 3 часа			
4	Техника безопасности при игре в футбол. Развитие футбола в России.	1	Анализ правил техники безопасности на занятиях подвижных игр, особенности ТБ в разных видах физкультурной деятельности Практическое занятие. Выполнять комбинации из освоенных элементов футбола.
5	Правила игры в футбол. Классификация и терминология технических приемов футбола.	1	Практическое занятие. Выполнять комбинации из освоенных элементов, координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения игры.
6	Способы удара по мячу	1	Уметь выполнять удары по мячу различными способами. Выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, способы перемещения, контролировать действия партнера.
Ганбол – 7 часов			
7	Техника безопасности при проведении занятий по ганболу. Развитие ганбола в России.	1	Анализ правил техники безопасности на занятиях подвижных игр, особенности ТБ в разных видах Практическое занятие. Выполнять комбинации из освоенных элементов

8	Стойка игрока. Передвижение на площадке.	1	Теоретическое занятие. Определять задачи и содержание ППФП
9	Исходное положение при начале игры, выполнении основных приемов игры. Способы перемещения игрока.	1	Уметь занимать исходное положение, выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, знакомство с ганболом, способы перемещения игрока с мячом на площадке.
10	Перемещения игрока с мячом на площадке. Правильная хватка мяча и способы игры.	1	Уметь занимать исходное положение, выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, знакомство с ганболом, способы перемещения игрока с мячом на площадке. контролировать действия партнера.
11	Правила игры в ганбол. Перемещение игрока с мячом Броски по воротам.	1	Уметь занимать исходное положение, выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, знакомство с ганболом, способы перемещения игрока с мячом на площадке, перемещаться вперед и назад.
12	Передачи мяча и броски по воротам	1	Уметь выполнять передачи мяча и броски по воротам, выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, учебной игры.
13	Передачи мяча и броски по воротам	1	Уметь выполнять передачи мяча и броски по воротам, выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, учебной игры. Уметь контролировать действия партнера, активно включаться в общение со сверстниками.
Волейбол – 7 часов			
14	Техника безопасности при игре в волейбол. Стойки с перемещением и исходными положениями. Техника передачи мяча снизу – сверху в парах	1	Практическое занятие. Выполнять комбинации из освоенных элементов
15	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.	1	Совершенствование тактики игры. Развитие двигательных способностей
16	Верхняя и нижняя передача мяча в парах.	1	Уметь выполнять верхнюю и нижнюю передачи мяча в парах, организационных команд, бега, разминки в движении,

			способы передачи мяча в парах.
17	Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения	1	Уметь выполнять верхнюю и нижнюю передачу на точность после перемещения, разминки в движении, верхняя и нижняя передачи мяча на точность после перемещения.
18	Отбивание мяча кулаком через сетку.	1	Уметь отбивать мяч кулаком через сетку, разминки в движении, знать технику отбивания мяча кулаком через сетку.
19	Нижняя прямая подача	1	Уметь выполнять нижнюю прямую подачу, бега, разминки, нижней прямой подачи.
20	Прием мяча снизу	1	Уметь выполнять прием мяча снизу.
Баскетбол – 7 часов			
21	Техника безопасности при игре в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	1	Практическое занятие. Выполнять комбинации из освоенных элементов
22	Ловля и передача мяча	1	Совершенствование тактики игры. Развитие двигательных способностей
23	Ведение мяча	1	Умение владения мечем, различными способами.
24	Эстафеты с ведением мяча	1	Совершенствовать владение мячом различными способами, разминки в движении, ведения мяча.
25	Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны	1	Совершенствовать передвижения, прыжками, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны, разминки в движении, знать технику передвижений с мячом различными способами.
26	Броски мяча в кольцо	1	Уметь владеть мячом, выполнять бросок в кольцо
27	Броски мяча в кольцо	1	Совершенствовать в ведении и броске мяча в кольцо. Уметь действовать в парах.
Футбол – 4 часа			
28	Техника безопасности при игре в футбол. Правила игры в футбол.	1	Теоретическое занятие. Влияние возрастных особенностей на физическое развитие
29	Способы удара по мячу	1	Практическое занятие. Показ результатов тренировок, выполнять удары по мячу различными способами.
30	Остановка, ведение, отбор мяча. Обманные движения.	1	Выполнять ведение и отбор мяча, обманные движения, разминки в движении, остановку, ведение и отбор мяча.
31	Техника игры вратаря	1	Владеть технические приемы вратаря, организационных команд,

			разминки в движении, знать технику игры вратаря.
Русская лапта – 3 час			
32	Техника безопасности при занятиях русской лаптой. Правила игры в русскую лапту	1	Фронтальный опрос. Совершенствовать удары по мячу
33	Стартовая стойка. Способы перемещения. Ловля мяча. Выполнение передачи.	1	Уметь правильно передвигаться по площадке, ловить мяч и выполнять передачи.
34	Осаливание, переосаливание, самоосаливание, перебежки	1	Совершенствование выполнять осаливание, переосаливание, самоосаливание, перебежки.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Методическое обеспечение

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельную и поисковую активность самих детей, побуждая их к творческому отношению при выполнении заданий. Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности. Занятия проводятся в школьном спортивном зале, на школьном стадионе, на игровых площадках.

Для реализации программы используются спортивные сооружения и спортивный инвентарь.

Список литературы

1. Спортивные игры / Под ред. Ю. И Портных. - М.: ФиС, 1975г.

2. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания для 1–11 классов \ В.И.Лях, А.А.Зданевич. – М.: Просвещение, 2010г.

3. Внеурочная деятельность школьников: Методический конструктор (пособие для учителей) / Д.В.Григорьев, П.В.Степанов. М: Просвещение, 2012г.

4. Гомельский А.Я. Бакетбол: секреты мастерства. 1000 баскетбольных упражнений. – М.: Агенство «Фаир», 1997г.

5. Железняк Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения. – М.: Академия, 2004г.

6. Физическая культура. 1–11 кл.: Программа для общеобразовательных учреждений / авт.-сост. А.П.Матвеев, Т.В.Петрова. – М.: - Дрофа, 2002г

Материально-техническое обеспечение

Оборудование спортзала:

№	Название
1	Стенка гимнастическая
2	Перекладина гимнастическая
3	Скамейка гимнастическая жесткая
4	Комплект навесного оборудования
5	Скамья атлетическая
6	Стойка для штанги
7	Штанга тренировочная
8	Маты гимнастические
9	Мяч малый (теннисный)
10	Скакалка гимнастическая
11	Мяч малый (мягкий)
12	Обруч гимнастический
13	Рулетка измерительная (15м; 5м)
14	Секундомер
15	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой
16	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой

17	Мячи баскетбольные
18	Стойки волейбольные универсальные
19	Сетка волейбольная
20	Мячи волейбольные
21	Ворота для мини-футбола
22	Сетка для ворот мини-футбола
23	Мячи футбольные
24	Биты для русской лапты
25	Ганбольные мячи

В результате изучения дисциплины школьники должны: Знать: - правила игры, основные приемы техники игры в различных видах спорта, - простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия, - историю развития данных видов в России и в мире. - правила судейства в изучаемых спортивных играх. Уметь: - выполнять основные приемы техники игры и применять их в игре; - соблюдать на практике правила игры, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта; - соблюдать правила взаимодействия в процессе спортивной игры; - осуществлять рефлексию в ходе и по окончанию игровой деятельности.