МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Управление образования администрации МО Горноуральский
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 21

Приложение АООП ООО
для обучающихся с задержкой
психического развития

Утверждена приказом директора МБОУ СОШ № 21
от 28.08.2026 г. № 73/2

Адаптированная рабочая программа

для обучающихся с задержкой психического развития

(5 – 9 классов)

Учебного предмета «Спортивные игры»

с. Краснополье

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа «Спортивные игры» разработана по спортивно - оздоровительному направлению развития личности в соответствии ФГОС. Выбор данного направления развития личности сделан с учётом интересов и запросов обучающихся и их родителей.

Актуальность программы определяется крайне высоким уровень патологии здоровья школьников, что указывает на приоритетность решения проблемы здоровья подрастающего поколения для современной школы. Практика показывает, что решить данную проблему одной медицине не под силу. Поэтому в соответствии с государственной политикой часть этой работы обязаны взять на себя образовательные учреждения, в соответствии с Законом об образовании в РФ (ст. 51) и Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996) одним из восьми ключевых направлений воспитательной деятельности названо физическое воспитание и формирование культуры здоровья. Формирование всесторонне развитой личности – важная задача школы. Современные дети и подростки часто не имеют четкого представления о закономерностях процессов, протекающих в их собственном организме, о принципах здорового образа жизни, в том числе, о научных основах труда и отдыха, путях предупреждения, способах поддержаниях высокого уровня работоспособности, культуре физической деятельности. Они не обладают всеми теми знаниями, значимость которых особенно возросла в настоящее время в связи с увеличением нервно-психических нагрузок и сложной экологической обстановкой. Поэтому так важно, чтобы навыки здорового образа жизни формировались в школе. В обращении президента РФ к Федеральному Собранию одним из важных аспектов в образовании выделено здоровье, поэтому реализация именно этой программы внесёт свою лепту в воспитание здорового образа жизни подрастающего поколения.

Отличительными особенностями и новизной адаптированной программы «Спортивные игры» является связь теории с практикой, целенаправленность и последовательность деятельности (от простого к сложному), формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка.

Целью программы является формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика

Реализация программы обеспечивает решение следующих задач:
формирование у детей мотивационной сферы к физическому развитию, безопасной жизни; профилактика вредных привычек;
расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта;
формирование культуры проведения свободного времени через включение детей в разнообразные виды деятельности
отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств:

формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов.

Содержание программы

5 класс

Теоретические знания:
планирование режим дня;
исторические этапы Олимпийского движения:
вести дневник наблюдения по физкультурной деятельности.

Общая физическая подготовка

Основная стойка, построение в шеренгу. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Ходьба на носках, пятках, в полу приседе, 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, канату. Кувырки, перекаты, стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах. Упражнения с мячом: дриблинг с низким отскоком без зрительного контроля за мячом, финты с мячом, передачи в парах и тройках несколькими мячами, жонглирование мячами, подвижные игры, спортивные игры (пионербол, футбол, гандбол, баскетбол, волейбол) эстафеты.

Баскетбол -12 ч

1.**Основы знаний.** Техника безопасности на занятиях баскетболом. Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения.

2. **Специальная подготовка.** Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.

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

Гандбол-8ч

1.**Основы знаний.** Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры. Режим дня и режим питания.

2. **Специальная подготовка.** Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника), перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота, блокирование, персональная опека. Техника, мощность, точность, дальность броска. Тактика нападения. Основные принципы нападения. Расстановки. Функции нападающих, индивидуальная тактика нападающего. Тактика защиты. Основные принципы защиты. Спортивные игры с мячом. Эстафеты. «Салки». «Выбить цели».

Волейбол- 10 ч

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

2. Специальная подготовка. Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.

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

Футбол -4 ч

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

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

6 класс

Теоретические знания:

выполнять творческие проекты по изучаемым видам спорта;

проводить исследовательские наблюдения за физическим развитием;

методы закаливания.

Общая физическая подготовка

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. Бег с высокого старта на 30, 40 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 3х15 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, с высоты до 50 см, в длину с места и в высоту с разбега, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Лазание поимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты. стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах. Упражнения с мячом: дриблинг с низким отскоком без зрительного контроля за мячом, финты с мячом, передачи в парах и тройках несколькими мячами, жонглирование мячами, подвижные игры, спортивные игры (пионербол, футбол, гандбол, баскетбол, волейбол) эстафеты.

Баскетбол -12 ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. В чём сила командной игры.

2. Специальная подготовка. Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Ведение мяча правой и левой рукой по прямой, по дуге, с остановками по сигналу. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, после ведения и остановки.

Подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения и остановки.

Гандбол-8ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Развитие гандбола в России Физические упражнения – путь к здоровью, работоспособности и долголетию.

2. Специальная подготовка. Совершенствование ранее изученных действий с акцентом на скоростные действия. Передача мяча в прыжке с поворотом, в одно касание в движении. Ловля и передача мяча с сопротивлением. Передача и ловля мяча в атаке с отрывом. Совершенствование изученных действий. Индивидуальные тактические действия. Групповые тактические действия.

Волейбол- 10 ч

1.Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми. Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья.

2. Специальная подготовка. Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища.

Подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Футбол – 4 ч

1.**Основы знаний.** Техника безопасности на занятиях футболом. Утренняя физическая зарядка. Пред матчевая разминка. Что запрещено при игре в футбол.

2. **Специальная подготовка.** Остановка катящегося мяча. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек. Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд».

7 класс

Теоретические знания

Положительное влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья;

работа скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений;

выполнение творческих проектов.

Общая физическая подготовка

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, 50 метров. Бег с высокого старта на 30, 40, 50 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 6х10 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого мяча на дальность и в цель. метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями. Упражнения с мячом: дриблинг с низким отскоком без зрительного контроля за мячом, финты с мячом, передачи в парах и тройках несколькими мячами, жонглирование мячами, подвижные игры, спортивные игры (пионербол, футбол, гандбол, баскетбол, волейбол) эстафеты.

Баскетбол- 12 ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Питание и его значение для роста и развития. Что общего в спортивных играх и какие между ними различия?

2. Специальная подготовка. Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка в два шага и прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и со сменой мест, в движении. Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, бросок одной рукой после ведения.
Подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка мяча», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения.

Гандбол-8ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры, судейство соревнований. Закаливание организма.

2.Специальная подготовка. Ловля мяча одной рукой, кистевая передача без замаха, скрытые передачи, передача мяча линейному нападающему (с отскоком мяча от площадки, с набрасыванием мяча в зону вратаря), передача мяча крайнему нападающему, выпрыгивающему с хода над площадью вратаря, ловля мяча в прыжке с последующим броском в ворота. Совершенствование финтов. Совершенствование изученных действий. Индивидуальные тактические действия. Групповые тактические действия.
Командные тактические действия

Волейбол- 10ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Основные правила игры в волейбол. Самоконтроль и его основные приёмы. Понятие о здоровом образе жизни. Режим дня и здоровый образ жизни. Утренняя физическая зарядка.

2. Специальная подготовка. Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх. Нижняя прямая подача. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Футбол – 4ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Различие между футболом и мини-футболом (фут залом). Физическая нагрузка и её влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма зимой.

2. Специальная подготовка. Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) и вертикальную (полоса шириной 2 метра, длиной 5-6 метров) мишень. Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.
Подвижные игры: «Передал – садись», «Передай мяч головой».

8 класс

Теоретические знания

концепции честного спорта;
дозировка температурных режимов для закаливающих процедур;
причины возникновения травм и повреждений при занятиях физической культурой и спортом;
значение нервной системы в управлениями движениями и в регуляции основных систем организма;
приемы и правила оказания первой помощи при травмах;
значение допинга, его влияние на организм спортсмена;

Общая физическая подготовка

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, 50 метров. Бег с высокого старта на 60 - 100 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 6х10 метров, длительный бег 10-12 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого

мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями. Длинные кувырки через препятствия высотой 60 см. Упражнения с мячом: дриблинг с низким отскоком без зрительного контроля за мячом, финты с мячом, передачи в парах и тройках несколькими мячами, жонглирование мячами, подвижные игры, спортивные игры (пионербол, футбол, гандбол, баскетбол, волейбол) эстафеты.

Баскетбол- 12 ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Взаимосвязь регулярной физической активности и индивидуальных здоровых привычек.

2. Специальная подготовка. Повороты на месте. Остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх. Ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока. Челночное ведение. Передача одной рукой от плеча после ведения при встречном движении. Броски в движении после двух шагов. Учебная игра.

Гандбол-8ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры, судейство соревнований. Аэробная и анаэробная работоспособность. Физическая подготовка и её связь с развитием систем дыхания и кровообращения.

2.Специальная подготовка. Совершенствование техники перемещений Ловля мяча одной рукой, кистевая передача без замаха, скрытые передачи, передача мяча линейному нападающему (с отскоком мяча от площадки, с набрасыванием мяча в зону вратаря), передача мяча крайнему нападающему, выпрыгивающему с хода над площадью вратаря, ловля мяча в прыжке с последующим броском в ворота. Совершенствование финтов. Совершенствование изученных действий. Индивидуальные тактические действия. Групповые тактические действия. Командные тактические действия

Волейбол – 10 ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Физические качества человека и их развитие. Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнений.

2.Специальная подготовка. Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений. Нижняя прямая подача. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Пионербол».

Футбол –4ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Правила самостоятельного выполнения скоростных и силовых упражнений. Правила соревнований по футболу: поле для игры, число игроков, обмундирование футболистов. Составные части ЗОЖ.

2. Специальная подготовка. Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) и вертикальную (полоса шириной 2 метра, длиной 5-6 метров) мишень. Ведение мяча между
предметами и с обводкой предметов. Эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнёру. Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол).

9 класс

Общая физическая подготовка Упражнения для рук и плечевого пояса; для мышц шеи; для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах – повороты, наклоны, сгибание и разгибание рук, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах,

элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления. Акробатические упражнения. Кувырки, полет – кувырок вперед с места и с разбега, перевороты. Подвижные игры и упражнения.

Игры с мячом; игры с бегом, с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, метание в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения. Бег на 30, 60, 100, 200 м; на 400, 500, 800, 1500 м. Кроссы от 1 до 3 км. Прыжки в длину и в высоту с места и с разбега. Упражнения с мячом: дриблинг с низким отскоком без зрительного контроля за мячом, финты с мячом, передачи в парах и тройках несколькими мячами, жонглирование мячами, подвижные игры, спортивные игры (пионербол, футбол, гандбол, баскетбол, волейбол), эстафеты.

Баскетбол- 12 ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Взаимосвязь регулярной физической активности и индивидуальных здоровых привычек.

2. Специальная подготовка. Повороты на месте. Остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх. Ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока. Челночное ведение. Передача одной рукой от плеча после ведения при встречном движении. Броски в движении после двух шагов. Учебная игра.

Гандбол-8ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры, судейство соревнований. Составные части ЗОЖ.

2.Специальная подготовка. Совершенствование техники перемещений. Совершенствование ловли мяча одной рукой, кистевая передача без замаха, скрытые передачи, передача мяча линейному нападающему, передача мяча крайнему нападающему, выпрыгивающему с хода над площадью вратаря, ловля мяча в прыжке с последующим броском в ворота. Совершенствование финтов. Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий.

Волейбол – 10 ч

1.Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнений.

2.Специальная подготовка.

Верхняя передача двумя руками в прыжке. Прямой нападающий удар. Верхняя, нижняя передача двумя руками назад. Совершенствование приема мяча с подачи и в защите. Двусторонняя учебная игра. Одиночное блокирование и страховка. Командные тактические действия в нападении и защите. Подвижные игры.

Футбол - 5 ч

1.Основы знаний.

Правила игры в футбол. Техника безопасности на занятиях футболом. Роль команды и значение взаимопонимания для игры. Роль капитана команды, его права и обязанности.

Пояснения к правилам игры в футбол. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечание, предупреждение и удаление игроков с полей.

Планирование спортивной тренировки. Методы развития спортивной работоспособности футболистов. Виды соревнований. Система розыгрыша. Правила соревнований, их организация и проведение.

2.Специальная подготовка

Упражнения для развития силы. Приседания с отягощением с последующим быстрым выпрямлением подскоки и прыжки после приседания без отягощения и с отягощением. Приседание на одной ноге с последующим подскоком вверх. Лежа на животе сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора. Броски набивного мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность. Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Толчки плечом партнера. Борьба за мяч.

Для вратаря: из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах. То же, но отталкиваясь от стены ладонями и пальцами. В упоре лежа передвижение на руках вправо (влево) по кругу (носки ног на месте). В упоре лежа хлопки ладонями. Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевыми амортизаторами. Сжимание теннисного (резинового) мяча. Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками. Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность. Ловля набивных мячей, направляемых 2 –3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

Упражнения для развития быстроты. Повторное пробегание коротких отрезков (10 – 30 м) из различных исходных положений. Бег с изменениями (до 180*). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением скорости. Челночный бег лицом и спиной вперед. Бег боком и спиной вперед (10 – 20 м) наперегонки. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками. Бег с быстрым изменением способа передвижения. Ускорения и рывки с мячом (до 30 м). Обводка препятствий (на скорость). Рывки к мячу с последующим ударам по воротам.

Упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой (для вратарей); те же, выполняя в прыжке поворот на 90 – 180*. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону. Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Ведение мяча головой. Подвижные игры.

Упражнения для развития специальной выносливости. Переменный и поворотный бег с мячом. Двусторонние игры. Игровые упражнения с мячом (трое против трех, двое против двух и т.д.) большой интенсивности. Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течении 3 – 10 мин.

Упражнения для формирования умения двигаться без мяча.

Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом, изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения. Цикличный бег (с поворотным скачком на одной ноге). Прыжки: вверх, верх – вперед, вверх – назад, вверх – вправо, вверх – влево, толчком двух ног с места и толчком на одной и двух ногах с разбега. Для вратарей: прыжки в сторону с падением перекатом. Повороты во время бега переступая и на одной ноге. Остановки во время бега – выпадом, прыжком, переступанием.

Планируемые результаты

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

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).
Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:
формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.
Метапредметные результаты:
способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Предметные результаты освоения учащимися предмета в основной школе:

5 класс

Знания о физической культуре

ученик научится:

- рассматривать физическую культуру как явления культуры, выделять исторические этапы её развития.
- рационально планировать режим дня;
- *пятиклассник получит возможность научиться:*
- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр.
- Определить признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

ученик научится:

- использовать знания физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья.
- составлять комплексы физических упражнений.
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

ученик получит возможность научиться:

- вести дневник по физкультурной деятельности.
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок

Физическое совершенствование

ученик научится:

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств(силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять основные технические действия и приема игры в футболе, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

ученик получит возможность научиться:

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

6 класс

Знания о физической культуре

ученик научится:

- Определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья.

ученик получит возможность научиться:

- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели.
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- Способы двигательной (физкультурной) деятельности

ученик научится:

- вести дневник по физкультурной деятельности.
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок
- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья.
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

ученик получит возможность научиться:

- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок, туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур

Физическое совершенствование

ученик научится:

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, баскетбол, волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;

ученик получит возможность научиться:

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;

7 класс

Знания о физической культуре

ученик научится:

- знать когда и где проходили Олимпийские игры;

семиклассник получит возможность научиться:

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.
- О работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений;

ученик научится:

- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

ученик получит возможность научиться:

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- знать физиологические основы скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения и энергосбережения при выполнении физических упражнений;

Физическое совершенствование

ученик научится:

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

ученик получит возможность научиться:

осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;

8 класс

Знания о физической культуре

ученик научится:

- Концепции честного спорта;
- Осуществлять самоконтроль за физической нагрузкой;
- Определять дозировку температурных режимов для закаливающих процедур;
- Раскрывать причины возникновения травм и повреждений при занятиях физической культурой и спортом;

ученик получит возможность научиться:

- Раскрывать значение нервной системы в управлениями движениями и в регуляции основных систем организма;
- Характеризовать типовые травмы и использовать приемы и правила оказания первой помощи при травмах;
- Понимать значение допинга, его влияние на организм спортсмена;

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

ученик научится:

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- знать физиологические основы скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения и энергосбережения при выполнении физических упражнений;

ученик получит возможность научиться:

- описывать технику игровых приемов, варьировать ее в зависимости от степени утомления организма во время игровых действий;
- проводить спортивные соревнования с учетом правил и жестов судьи;

Физическое совершенствование

ученик научится:

- выполнять легкоатлетические упражнения в беге, прыжках метании (в высоту и длину),(мяча, гранаты);
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

ученик получит возможность научиться:

- выполнять тестовые упражнения на оценку выше уровня индивидуального развития основных физических качеств;

- выполнять тестовые упражнения по легкоатлетическому четырехборью и осуществлять соревновательную деятельность; сдавать нормы ГТО.

9 класс

Знания о физической культуре

ученик научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

ученик получит возможность научиться:

- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принёсших славу российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

ученик научится:

- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

ученик получит возможность научиться:

- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

Физическое совершенствование

ученик научится:

- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбор
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее разучиваемых типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

ученик получит возможность научиться:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы комплекса ГТО.
- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;

Возраст детей и продолжительность данной программы:

Обучения детей в возрасте от 11-15 лет. Программа рассчитана на 5 лет обучения

Формы и режим занятий:

Основной формой обучения является спортивно – оздоровительное направление.
Режим проведения занятий – 1 раз в неделю 1 час.

Сетка часов программного материала

5 класс

№	Тема	Кол-во часов
Теоретические знания в процессе занятия		
	Баскетбол	**12**
1	Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста	1
2	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок мяча с 2 шагов.	1
3	Передачи мяча. Ловля мяча	1
4	Ведение мяча	1
5-6	Броски в кольцо	2
7-8	Игра в защите. Защита зоны.	2
9-10	Игра в нападении	2
11-12	Игра в защите. Личная защита.	2
	Гандбол	**8**
1	Правила игры, стойка, перемещения.	1
2	Ловля и передача мяча.	1
3	Техника передвижения, ловли и передачи мяча.	1
4	Техника броска.	1
5	Техника броска.	1
6	Техника ведения мяча в движении с изменением направления.	1
7	Закрепление техники опорного броска.	1
8	Техника игры в защите.	1
	Пионербол	**10**
1-2	Закрепление техники передачи мяча. Верхняя передача мяча в парах.	2

3-4	Подача мяча через сетку. Нижняя прямая подача мяча через сетку.	2
5-6	Закрепление техники приема мяча с подачи.	2
7-8	Прием высоко летящего мяча.	2
9-10	Техника и тактика игры в пионербол.	2
Футбол		**5**
1	Остановка катящегося мяча.	1
2	Ведение мяча.	1
3	Игра в футбол по упрощѐнным правилам (мини-футбол)	1
4	Техника и тактика игры	1
	Всего	34

6 класс

№	Тема	Кол-во часов
Теоретические знания в процессе занятия		
Баскетбол		12
1	Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста	1
2-3	Передачи мяча. Ловля мяча на месте и в движении.	2
4-5	Ведение мяча. Эстафеты.	2
6-7	Броски в кольцо. Подвижные игры.	2
8-9-10	Игра по упрощенным правилам.	3
11-12	Бросок мяча в кольцо с 5 точек.	2
	Гандбол	**8**
1	Правила игры, стойка, перемещения.	1
2	Ловля и передача мяча.	1
3	Техника передвижения, ловли и передачи мяча.	1
4	Техника броска.	1

5	Техника броска.	1
6	Техника ведения мяча в движении с изменением направления.	1
7	Закрепление техники опорного броска.	1
8	Техника игры в защите.	1
	Пионербол	**10**
1-2	Закрепление техники передачи мяча. Верхняя передача мяча в парах.	2
3-4	Подача мяча через сетку. Нижняя прямая подача мяча через сетку.	2
5-6	Закрепление техники приема мяча с подачи.	2
7-8	Прием высоко летящего мяча.	2
9-10	Техника и тактика игры в пионербол.	2
Футбол		**5**
1	Остановка катящегося мяча.	1
2	Ведение мяча.	1
3	Игра в футбол по упрощѐнным правилам (мини-футбол)	1
4	Техника и тактика игры	1
	Всего	34

7 класс

№	Тема	Кол-во часов
Теоретические знания в процессе занятия		
Баскетбол		**12**
1	Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста	1
2	Передачи мяча. Ловля мяча	1
3	Техника передвижения, ловли и передачи мяча.	1
4	Ведение мяча	1
5	Броски в кольцо	1
6	Игра в защите	1
7-8	Личная защита игрока.	2

9-10	Игра в нападении.	2
11-12	Защита зоны, тактика игры в баскетбол.	2
Гандбол		**8**
1	Правила игры, стойка, перемещения.	1
2	Ловля и передача мяча.	1
3	Техника передвижения, ловли и передачи мяча.	1
4	Техника броска.	1
5	Техника броска.	1
6	Техника ведения мяча в движении с изменением направления.	1
7	Закрепление техники опорного броска.	1
8	Техника игры в защите.	1
	Волейбол	**10**
1-2	Техника верхней и нижней передачи мяча	2
3-4	Нижняя прямая подача мяча.	2
5-6	Прием мяча. Передача у стены, в парах.	2
7-8	Прием мяча от сетки.	2
9-10	Закрепление техники приема мяча с подачи	2
Футбол		**5**
1	Остановка катящегося мяча.	1
2	Ведение мяча.	1
3	Игра в футбол, (мини-футбол)	1
4	Техника и тактика игры	1
	Всего	**34**

8 класс

№	Тема	Кол-во часов
Теоретические знания в процессе занятия		
Баскетбол		**12**
1	Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста	1
2	Передачи мяча. Ловля мяча	1
3	Ведение мяча	1
4-5	Броски в кольцо в движении с 2 шагов. Штрафной бросок . Бросок с трех очковой зоны.	2
6-7	Игра в защите	2
8-9	Игра в нападении	2
10-11.	Игра в защите	2
12	Игра в баскетбол. Судейство и заполнения протокола соревнований.	1
Гандбол		**8**
1	Правила игры, стойка, перемещения.	1
2	Ловля и передача мяча.	1
3	Техника передвижения, ловли и передачи мяча.	1
4	Техника броска.	1
5-6	Техника и тактика игры.	2
7	Игра в нападении.	1
8	Игра в защите.	1
	Волейбол	**10**
1-2	Закрепление техники передач	2
3-4	Верхняя прямая подача	2
5-6-7	Закрепление техники приема мяча с подачи.	3
8	Нападающий удар.	1
9-10	Техника и тактика игры в волейбол.	2
Футбол		**6**

1	Остановка высоко летящего мяча.	1
2	Ведение мяча.	1
3	Удар по воротам.	1
4	Тактические действия игры в футбол.	1
	Всего	34

9 класс

№	Тема	Кол-во часов
Теоретические знания в процессе занятия		
Баскетбол		**12**
1	Стойки и перемещения. Остановки баскетболиста. Ведение в защите.	1
2	Передачи мяча. Ловля мяча в защите.	1
3	Ведение мяча с сопротивлением.	1
4	Броски в кольцо с различных точек.	1
5	Штрафной бросок с сопротивлением.	1
6-7	Техника и тактика игры в баскетбол.	2
8-9	Вырывание и выбивание мяча.	2
10-11	Игра в защите.	2
12	Игра в нападении	1
Гандбол		**8**
1	Правила игры, стойка, перемещения.	1
2	Ловля и передача мяча.	1
3	Техника передвижения, ловли и передачи мяча.	1
4	Техника броска.	1
5-6	Техника и тактика игры.	2

7	Игра в нападении.	1
8	Игра в защите.	1
Волейбол		**10**
1	Передачи мяча в парах, тройках.	1
2	Прием мяча.	1
3-4	Нападающий удар.	2
5	Верхняя прямая подача мяча.	1
6-7	Блокирование.	2
8-10	Техника и тактика игры.	3
Футбол		**4**
1	Остановка катящегося мяча.	1
2	Ведение мяча.	1
3-4	Игра в футбол	2
	Всего	**34**

Календарно – тематическое планирование 5 класс

№	Тема занятия	Форма занятия	Планируемый результат	Продукт	Общешкольное мероприятие	Межведомственное взаимодействие
1	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Броски мяча двумя руками стоя на месте. Стойка игрока, передвижение в стойке.	Беседа, практическое занятие.	Научить бросать мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
2	Ведение мяча на месте и в движении. Остановка в движении по звуковому сигналу.	Практическое занятие.	Научить выполнять ведение мяча стоя на месте и в беге.			

			Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
3	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Стойка игрока, передвижение в стойке.	Практическое занятие.	Научить передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
4	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча).	Практическое занятие.	Научить передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
5	Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой);	Практическое занятие.	Научить бросать мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
6	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Беговые и прыжковые упражнения.	Практическое занятие.	Научатся передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
7	Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает». Упражнения со скакалкой.	Практическое занятие.	Научатся передавать мяч, стоя на месте и в движении. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
8	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бег с ускорением.	Практическое занятие.	Научатся передавать ловить и передавать			

			мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
9	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Челночный бег.	Практическое занятие.	Научатся передавать ловить и передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Составить комплекс ОРУ с мячом.		
10	Игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами. Прыжки в длину с места.	Практическое занятие.	Научатся передавать ловить и передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
11	Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Упражнения на развитие силы.	Практическое занятие.	Знать правила игры, выполнять игровые действия в команде. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
12	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Практическое занятие.	Знать правила игры, выполнять игровые действия в команде. Соблюдать технику безопасности на занятиях.		Участие в соревнованиях стрит-бол.	
13	Гандбол. Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры. Режим дня и режим питания. Ведение и передача мяча в парах.	Беседа, практическое занятие.	Научить планировать режим дня, дать основные понятия о спортивной игре. Знать и выполнять правила			

			игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
14	Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника),	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
15	Перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
16	Блокирование, персональная опека	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
17	Тактика нападения.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
18	Основные принципы нападения. Расстановки.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
19	Тактика нападения. Основные принципы нападения.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в			

			нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
20	Спортивные игры с мячом. Эстафеты. «Салки». «Выбить цели».	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре, знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
21	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча.	Беседа, практическое занятие.	Научить выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
22	Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять бросок мяча с силой, ловить и отбивать высоко летящий мяч. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
23	Подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять подбрасывание мяча вверх и ловит. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

24	Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять перебрасывание мяча в парах, тройках, на месте и в движении. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
25	Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять перебрасывание мяча в парах, тройках, на месте и в движении. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
26	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча в парах. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачу и прием мяча. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
27	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча в парах. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачу и прием мяча. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
28	Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка. Нижняя прямая подача мяча.	Беседа. Практическое занятие.	Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча. Разрабатывать комплекс упражнений.	Составить комплекс утренней гимнастики.		

			Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
29	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
30	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
31	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания. Ведение и передача мяча.	Беседа, практическое занятие.	Дать представление о влияние занятий футболом на физическое развитие организма, методы закаливания. Научить ведению и передачи мяча. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
32	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Игра в футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении. Знать правила игры Соблюдать технику			

			безопасности на занятиях.			
33	Передачи мяча в парах. Подвижные игры: «Точная передача»,	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
34	Передачи мяча в парах. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении, выполнять удар по воротам. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.		Участие в соревнованиях по мини-футболу.	

Календарно – тематическое планирование 6 класс

№	Тема занятия	Форма занятия	Планируемый результат	Продукт	Общешкольное мероприятие	Межведомственное взаимодействие
1	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Броски мяча двумя руками стоя на месте. Стойка игрока, передвижение в стойке.	Беседа, практическое занятие.	Научить бросать мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

2	Ведение мяча на месте и в движении. Остановка в движении по звуковому сигналу.	Практическое занятие.	Научить выполнять мяча стоя на месте и в беге. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
3	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Стойка игрока, передвижение в стойке.	Практическое занятие.	Научить передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
4	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча).	Практическое занятие.	Научить передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
5	Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой);	Практическое занятие.	Научить бросать мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
6	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Беговые и прыжковые упражнения.	Практическое занятие.	Научатся передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
7	Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает». Упражнения со скакалкой.	Практическое занятие.	Научатся передавать мяч, стоя на месте и в движении. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

8	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бег с ускорением.	Практическое занятие.	Научатся передавать ловить и передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
9	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Челночный бег.	Практическое занятие.	Научатся передавать ловить и передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Составить комплекс ОРУ с мячом.		
10	Игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами. Прыжки в длину с места.	Практическое занятие.	Научатся передавать ловить и передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
11	Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Упражнения на развитие силы.	Практическое занятие.	Знать правила игры, выполнять игровые действия в команде. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
12	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Практическое занятие.	Знать правила игры, выполнять игровые действия в команде. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.	Участие в соревнованиях стрит-бол.	
13	Гандбол. Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры. Режим дня и режим питания. Ведение и передача мяча в парах.	Беседа, практическое занятие.	Научить планировать режим дня, дать основные понятия о			

			спортивной игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
14	Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника),	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
15	Перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
16	Блокирование, персональная опека	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
17	Тактика нападения.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
18	Основные принципы нападения. Расстановки.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

19	Тактика нападения. Основные принципы нападения.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
20	Спортивные игры с мячом. Эстафеты. «Салки». «Выбить цели».	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре, знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
21	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча.	Беседа, практическое занятие.	Научить выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
22	Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять бросок мяча с силой, ловить и отбивать высоко летящий мяч. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
23	Подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять подбрасывание мяча вверх и ловит. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

24	Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять перебрасывание мяча в парах, тройках, на месте и в движении. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
25	Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять перебрасывание мяча в парах, тройках, на месте и в движении. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
26	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча в парах. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачу и прием мяча. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
27	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча в парах. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачу и прием мяча. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
28	Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка. Нижняя прямая подача мяча.	Беседа. Практическое занятие.	Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча. Разрабатывать комплекс упражнений.	Составить комплекс утренней гимнастики.		

			Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
29	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
30	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра пионербол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
31	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания. Ведение и передача мяча.	Беседа, практическое занятие.	Дать представление о влияние занятий футболом на физическое развитие организма, методы закаливания. Научить ведению и передачи мяча. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
32	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Игра в футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении. Знать правила игры Соблюдать технику			

			безопасности на занятиях.			
33	Передачи мяча в парах. Подвижные игры: «Точная передача»,	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
34	Передачи мяча в парах. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении, выполнять удар по воротам. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.		Участие в соревнованиях по мини-футболу.	

Календарно – тематическое планирование 7 класс

№	Тема занятия	Форма занятия	Планируемый результат	Продукт	Общешкольное мероприятие	Межведомственное взаимодействие
1	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Броски мяча двумя руками стоя на месте. Стойка игрока, передвижение в стойке.	Беседа, практическое занятие.	Совершенствовать броска мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
2	Ведение мяча в движении. Остановка в прыжке.	Практическое занятие.	Научить выполнять бросок мяча в прыжке. Соблюдать технику			

			безопасности на занятиях.			
3	Передача мяча с отскоком об пол. Стойка игрока, передвижение в стойке.	Практическое занятие.	Научить передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
4	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча).	Практическое занятие.	Научить передавать мяч, с отскоком об пол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
5	Передача мяча двумя руками в движении (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой);	Практическое занятие.	Научить выполнять передачу мяча в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
6	Передача мяча (снизу, от груди, от плеча). Беговые и прыжковые упражнения.	Практическое занятие.	Научатся передавать мяч в движении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
7	Учебная игра баскетбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
8	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Бег с ускорением.	Практическое занятие.	Научатся передавать, ловить и передавать мяч, стоя на месте и в движении. Соблюдать			

			технику безопасности на занятиях.			
9	Учебная игра баскетбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Составить комплекс ОРУ с мячом.		
10	Штрафной бросок.	Практическое занятие.	Научатся выполнять штрафной бросок . Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
11	Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Упражнения на развитие силы.	Практическое занятие.	Знать правила игры, выполнять игровые действия в команде. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
12	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Практическое занятие.	Знать правила игры, выполнять игровые действия в команде. Соблюдать технику безопасности на занятиях.		Участие в соревнованиях стрит-бол.	
13	Гандбол. Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры. Режим дня и режим питания. Ведение и передача мяча в парах.	Беседа, практическое занятие.	Научить планировать режим дня, дать основные понятия о спортивной игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать			

			технику безопасности на занятиях.			
14	Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника),	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
15	Перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
16	Блокирование, персональная опека	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
17	Тактика нападения.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
18	Основные принципы нападения. Расстановки.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
19	Тактика нападения. Основные принципы нападения.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать			

			технику безопасности на занятиях.			
20	Спортивные игры с мячом. Эстафеты. «Салки». «Выбить цели».	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре, знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
21	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча.	Беседа, практическое занятие.	Научить выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
22	Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча и отбивать высоко летящий мяч. Знать правила игры вволейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
23	Верхняя и нижняя подача мяча.	Практическое занятие.	Научатся выполнять подачу мяча и прием мяча. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
24	Верхняя и нижняя подача мяча, прием мяча. Игра в волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачу мяча в парах, тройках, на месте и в			

			движении. Принимать мяч после подачи. Знать правила игры в волейбол, жесты судьи. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
25	Нападающий удар.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нападающий удар. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
26	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачу и прием мяча. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
27	Подача и прием мяча. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачу и прием мяча. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
28	Здоровое питание. Утренняя гимнастика. Нижняя прямая подача мяча.	Беседа. Практическое занятие.	Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча. Разрабатывать комплекс упражнений. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		

29	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
30	Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нижнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
31	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Влияние физической культуры на развитие организм. Ведение, передача мяча внутренней стороны стопы.	Беседа, практическое занятие.	Дать представление о влияние занятий физической культурой на развитие организма, Научить ведению и передачи мяча внутренней стороны стопы. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
32	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Игра в футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении. Знать правила игры Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
33	Передачи мяча в парах.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча на месте			

			и в движении. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
34	Передачи мяча в парах. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча на месте и в движении, выполнять удар по воротам. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.		Участие в соревнованиях по мини-футболу.	

Календарно – тематическое планирование 8 класс

№	Тема занятия	Форма занятия	Планируемый результат	Продукт	Общешкольное мероприятие	Межведомственное взаимодействие
1	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Броски мяча в кольцо. Стойка игрока, передвижение в стойке.	Беседа, практическое занятие.	Совершенствовать броска мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
2	Передвижения, повороты, мяча в кольцо. Остановка в прыжке.	Практическое занятие.	Научить выполнять повороты и бросок мяча в кольцо в прыжке. Соблюдать			

			технику безопасности на занятиях.			
3	Передвижения, повороты, мяча в кольцо. Остановка в прыжке.	Практическое занятие.	Научить выполнять повороты и бросок мяча в кольцо в прыжке. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
4	Штрафной бросок. Игра в баскетбол.	Практическое занятие.	Научить выполнять штрафной бросок. Знать правила игры и жесты судьи. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
5	Штрафной бросок. Игра в баскетбол.	Практическое занятие.	Научить выполнять штрафной бросок. Знать правила игры и жесты судьи. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
6	Защитные действия в игре.	Практическое занятие.	Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча.. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
7	Учебная игра баскетбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре. Знать и выполнять правила			

			игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
8	Защитные действия в игре.	Практическое занятие.	Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча.. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
9	Учебная игра баскетбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Составить комплекс ОРУ с мячом.		
10	Штрафной бросок.	Практическое занятие.	Научатся выполнять штрафной бросок . Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
11	Защитные действия в игре.	Практическое занятие.	Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча.. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			Принять участие в районных соревнованиях.
12	Игра в баскетбол по правилам.	Практическое занятие.	Знать правила игры, выполнять игровые тактические действия в команде. Соблюдать		Участие в соревнованиях стрит-бол.	

			технику безопасности на занятиях.			
13	Гандбол. Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Правила игры. Режим дня и режим питания. Ведение и передача мяча в парах.	Беседа, практическое занятие.	Научить планировать режим дня, дать основные понятия о спортивной игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
14	Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника),	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
15	Перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
16	Блокирование, персональная опека	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
17	Тактика нападения.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

18	Основные принципы нападения. Расстановки.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
19	Тактика нападения. Основные принципы нападения.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
20	Броски мяча по воротам с дальнего расстояния. Учебная игра в гандбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре, знать и выполнять правила игры. Выполнять броски в ворота с дальнего расстояния. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
21	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча.	Беседа, практическое занятие.	Научить выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
22	Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачи мяча и отбивать высоко летящий мяч. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

23	Приемы и передачи мяча.	Практическое занятие.	Научатся выполнять подачу мяча и прием мяча. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
24	Верхняя прямая подача мяча.	Практическое занятие.	Научатся выполнять верхнюю подачу мяча. Принимать мяч после подачи. Знать правила игры в волейбол, жесты судьи. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
25	Нападающий удар.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нападающий удар. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
26	Верхняя и нижняя передача мяча, прием мяча. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачу и прием мяча. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
27	Подача и прием мяча. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять передачу и прием мяча. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

28	Верхняя прямая подача мяча. Защитные действия.	Беседа. Практическое занятие.	Научатся выполнять верхнюю прямую подачу мяча. Разрабатывать комплекс упражнений. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Составить комплекс утренней гимнастики.		
29	Верхняя прямая подача мяча. Прием мяча. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять верхнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
30	Защитные действия. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся техники индивидуального и группового блокирования. Выполнять верхнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и сверху. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			Принять участие в районных соревнованиях.
31	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Пас внутренней частью стопы Пас подъёмом стопы	Беседа, практическое занятие.	Научить передачи мяча внутренней стороны стопы и подъемом стопы. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
32	Остановка мяча подъёмом стопы Остановка мяча грудью. Игра в футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять остановку мяча			

			подъемом стопы и грудью. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
33	Остановка мяча бедром. Остановка мяча под подошвой.	Практическое занятие.	Научатся выполнять остановка мяча бедром, остановка мяча под подошвой. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
34	Остановка мяча подъёмом стопы Остановка мяча грудью. Игра в футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять остановку мяча подъемом стопы и грудью. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.		Участие в соревнованиях по мини-футболу.	

Календарно – тематическое планирование 9 класс

№	Тема занятия	Форма занятия	Планируемый результат	Продукт	Общешкольное мероприятие	Межведомственное взаимодействие
1	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях баскетболом. Броски мяча в кольцо. Стойка игрока, передвижение в стойке.	Беседа, практическое занятие.	Совершенствовать броска мяч в кольцо, стоя на месте с разных точек. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

2	Передвижения, повороты, мяча в кольцо. Остановка в прыжке.	Практическое занятие.	Научить выполнять повороты и бросок мяча в кольцо в прыжке. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
3	Передвижения, повороты, мяча в кольцо. Остановка в прыжке.	Практическое занятие.	Научить выполнять повороты и бросок мяча в кольцо в прыжке. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
4	Штрафной бросок. Игра в баскетбол.	Практическое занятие.	Научить выполнять штрафной бросок. Знать правила игры и жесты судьи. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
5	Штрафной бросок. Игра в баскетбол.	Практическое занятие.	Научить выполнять штрафной бросок. Знать правила игры и жесты судьи. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
6	Защитные действия в игре.	Практическое занятие.	Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча.. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

7	Учебная игра баскетбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
8	Защитные действия в игре.	Практическое занятие.	Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча.. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
9	Учебная игра баскетбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре. Знать и выполнять правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Составить комплекс ОРУ с мячом.		
10	Штрафной бросок.	Практическое занятие.	Научатся выполнять штрафной бросок . Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
11	Защитные действия в игре.	Практическое занятие.	Научатся выполнять перехват мяча, вырывание и выбивания мяча.. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			Принять участие в районных соревнованиях.

12	Игра в баскетбол по правилам.	Практическое занятие.	Знать правила игры, выполнять игровые тактические действия в команде. Соблюдать технику безопасности на занятиях.		Участие в соревнованиях стрит-бол.	
13	Гандбол. Основы знаний. Техника безопасности на занятиях гандболом. Ведение и передача мяча в парах. Удар по воротам.	Беседа, практическое занятие.	Знать и выполнять правила игры. Выполнять удар по воротам. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
14	Основные технические приемы: стойка (вратаря, нападающего, защитника),Игра в гандбол.	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях. Знать правила и соблюдать их в игре.			
15	Перемещения, передачи и ловля мяча, броски мяча в ворота	Практическое занятие.	Научатся основным приемам владения мячом и игровым действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
16	Блокирование, персональная опека.	Практическое занятие.	Научатся владеть основным приемами и игровыми действиям. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

17	Тактика нападения и защиты.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении и в защите. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
18	Основные принципы нападения. Расстановки.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
19	Тактика нападения. Основные принципы нападения.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в нападении. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
20	Броски мяча по воротам с дальнего расстояния. Учебная игра в гандбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия в игре, знать и выполнять правила игры. Выполнять броски в ворота с дальнего расстояния. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
21	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях волейболом. Нижняя и верхняя передача мяча, прием мяча через сетку. Игра в волейбол.	Беседа, практическое занятие.	Научатся выполнять нижнюю и верхнюю передачу мяча в парах, выполнять прием мяча.. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			

22	Нападающий удар. Игра в волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нападающий удар. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
23	Нападающий удар. Игра в волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нападающий удар. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
24	Одиночное и групповое блокирование. Игра в волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять одиночное и групповое блокирование. Знать правила игры в волейбол, жесты судьи. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
25	Нападающий удар.	Практическое занятие.	Научатся выполнять нападающий удар. Знать правила игры в пионербол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
26	Одиночное и групповое блокирование. Игра в волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять одиночное и групповое блокирование. Знать правила игры в волейбол, жесты судьи. Соблюдать технику			

			безопасности на занятиях.			
27	Тактика и техника игры. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия и взаимодействие игроков в команде. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
28	Тактика и техника игры. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия и взаимодействие игроков в команде. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Составить комплекс утренней гимнастики.		
29	Тактика и техника игры. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять тактические действия и взаимодействие игроков в команде. Знать правила игры в волейбол. Соблюдать технику безопасности на занятиях.		Соревнования.	
30	Защитные действия. Игра волейбол.	Практическое занятие.	Научатся техники индивидуального и группового блокирования. Выполнять верхнюю прямую подачу мяча и прием мяча снизу и			Участие в районных соревнованиях.

			сверху. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
31	Основы знаний. Техника безопасности на занятиях футболом. Удар с полулёта. Удар с лёта в центр мяча.	Беседа, практическое занятие.	Научить выполнять удар с полулёта, удар с лёта в центр мяча. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
32	Игра головой Техника удара головой Удар головой с места. Игра в футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять удар головой с места. Пробивать мяч в ворота. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.	Выполнение проекта.		
33	Удар головой в прыжке Удар головой в прыжке с разбега. Игра в футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять удар головой с места, в прыжке с разбега. Пробивать мяч в ворота. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.			
34	Остановка мяча подъёмом стопы Остановка мяча грудью. Игра в футбол.	Практическое занятие.	Научатся выполнять остановку мяча подъемом стопы и грудью. Знать правила игры. Соблюдать технику безопасности на занятиях.		Участие в соревнованиях по мини-футболу.	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646126932392126385511121901609448613269948990687

Владелец Куликова Ольга Владимировна

Действителен С 03.04.2026 по 03.04.2027