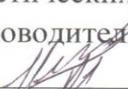




**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ВОЛЬНОВСКАЯ ШКОЛА»  
ДЖАНКОЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

<p><b>РАССМОТРЕНО</b> на заседании ШМО учителей физической культуры, ОБЖ, технологии и художественно-эстетических дисциплин. Руководитель ШМО  Тимощук И.А. Протокол №4 от 24.08.2020 г.</p>	<p><b>СОГЛАСОВАНО</b> ЗД по УВР:  Литинецкая В.Л. 31.08.2020 г.</p>	<p><b>УТВЕРЖДЕНО</b> Директор МОУ «Вольновская школа»:  Голдырев В.П. Приказ №287/01-1 от 31.08.2020 г.</p> 
---	--	---

**Рабочая программа внеурочной деятельности  
(спортивно-оздоровительное направление)  
«Спортивные игры»  
5-9 класс**

Срок реализации: до принятия новой

Составители:  
Тимощук И.А, Калиниченко В.О.,  
учителя физической культуры  
МОУ «Вольновская школа»

**Рабочая программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительное направление «спортивные игры» для 5-9 классов разработана на основе следующих документов:**

- 1.-** Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки от 17.12.2010г. №1897 (с изменениями и дополнениями);
- 2.-** Региональной экспериментальной комплексной программы по физическому воспитанию для 1-11 классов, утвержденной ученым советом КРИППО, протокол №5 от 04.09.2014г;
- 3.-** Основной образовательной программы основного общего образования муниципального общеобразовательного учреждения «Вольновская школа», приказ №285/01-1 от 01.09.2015г.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание учебного курса по внеурочной деятельности направлена на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

### Личностные результаты:

1. Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;

2. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;

3. Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

4. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно– исследовательской, творческой и других видов деятельности;

5. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

### Метапредметные результаты:

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

## **Предметные результаты:**

Понимание роли и значения спортивных игр в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

1. Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

2. Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий спортивными играми с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

3. Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

4. Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
5 КЛАСС (34 часа)**

**Футбол (24 часа).**

Содержание учебного материала.	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся.
<b>Теоретические сведения</b>	
История развития футбола. Правила игры в футбол. Техника безопасности на уроках футбола.	<b>Учащийся:</b> <b>владеет:</b> историей развития футбола; <b>выполняет:</b> правила игры в футбол; технику безопасности на уроках футбола.
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
Подвижные игры и эстафеты с мячом («День и ночь», «Вызов номеров», «Рывок за мячом», «Вытолкни из круга», «Охотники и утки» и другие); ускорения и рывки с мячом; прыжки с имитацией удара головой; спортивные игры гандбол, баскетбол по упрощенным правилам с элементами футбола	<b>выполняет:</b> упражнения с элементами футбола для развития физических качеств <b>играет:</b> подвижные игры, эстафеты с элементами футбола
<b>Технико-тактическая подготовка</b>	
<p><i>Передвижение:</i> сочетание бега с прыжками, остановками, поворотами; сочетанием приемов передвижения с владением мячом.</p> <p><i>Удары:</i> по мячу ногой удар внешней частью подъема по неподвижному мячу; средней и внутренней частями подъема по мячу, который катится; в движении; головой по мячу уменьшенного веса; по мячу средней частью лба. <i>Остановки мяча:</i> подошвой и внутренней стороной стопы. <i>Ведение мяча:</i> средней, внутренней и внешней частью подъема; отвлекающим действия (финты): финты в условиях выполнения игровых упражнений.</p> <p><i>Отбор мяча:</i> атакуя соперника спереди, сбоку, сзади; вбрасывания мяча: вброс мяча изученными способами на дальность.</p> <p><i>Жонглирование мячом:</i> ногой, бедром, головой; элементы игры вратаря: ловля мяча сбоку; игра на выходе; отбивание мяча одной и двумя руками; выбор правильной позиции в воротах при выполнении различных ударов; индивидуальные действия в нападении: маневрирования на поле; «открывание» для приема мяча, отвлечение соперника; групповые действия в нападении: взаимодействием двух и более игроков; взаимодействие с партнерами при организации атаки; индивидуальные действия в защите: выбор позиции по отношению к сопернику и</p>	<p><b>выполняет:</b> передвижения; удары по неподвижному и катящемуся мячу; удары в движении; головой по мячу уменьшенного веса (волейбольный): средней частью лба без прыжка и в прыжке; остановки мяча: подошвой и внутренней стороной стопы в движении; внутренней стороной стопы мяч, летящий; ведение мяча: ведение мяча средней, внутренней и внешней частями подъема; по прямой, по кругу, «восьмеркой», между стоек (фишек); с изменением направления и скорости движения; вбрасывания мяча: вброс мяча изученными способами на дальность; жонглирование мячом; финты: «отхода домой», «ударом», «остановкой» в условиях выполнения игровых упражнений; отбор мяча, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади; маневрирования на поле; «открывание» для приема мяча, отвлечение соперника; взаимодействие двух и более игроков; взаимодействие с партнерами при организации атаки; выбор позиции по отношению к сопернику и противодействие получению им мяча; «закрывания»</p> <p><b>играет:</b> учебная игра по упрощенным правилам, используя изученные технико-тактические действия.</p>

противодействие получению им мяча; «накрывание»; групповые действия в защите: правильный выбор позиции.	
---	--

### Баскетбол (12 часов).

Содержание учебного материала.	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся.
<b>Теоретические сведения</b>	
История развития баскетбола. Основные правила игры. Понятия про технику игры. Гигиена тела, одежды, спортивной формы. Режим дня учащегося. Правила техники безопасности.	<b>Учащийся:</b> <b>владеет:</b> основными этапами развития баскетбола; принципами гигиены при занятиях баскетболом. <b>выполняет:</b> основные элементы техники и правила игры; технику безопасности во время игры.
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
Специальные физические упражнения; развитие двигательных качеств (скоростные и скоростно-силовые, силовые, выносливость, ловкость и гибкость); подвижные игры	<b>выполняет:</b> ускорение 5, 10, 15м из разных стартовых положений по зрительным и звуковым сигналам; «челночный» бег 4х5м; упражнения для развития силы мышц туловища, плечевого пояса и кистей рук, гибкости; серийные прыжки с доставанием высоко подвешенных предметов. <b>играет:</b> подвижные игры и эстафеты с бегом и прыжками;
<b>Технико-тактическая подготовка</b>	
Стойки; способы передвижения; остановки; повороты на месте; ведение мяча на месте и в движении; «двойной шаг»; ловля и передача (1-й рукой от плеча, 2-мя руками от груди) на месте и в движении; броски мяча (1-й рукой от плеча, 2-мя руками от груди) после ведения или ловли. Индивидуальная техника защиты; тактика игры; игра по упрощенным правилам в мини-баскетбол, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола («Мяч капитану», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «передал – садись» и т.д.).	<b>выполняет:</b> стойки, передвижения в нападении и защите, остановки, повороты, броски, ловлю и передачу мяча, ведение мяча с обводкой предметов; технические приемы нападения и защиты при взаимодействиях с партнерами во время игры <b>играет:</b> подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола; в мини-баскетбол по упрощенным правилам.

### 6 КЛАСС (34 часа)

#### Футбол (24 часа).

Содержание учебного материала	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся
<b>Теоретические сведения</b>	
История развития футбола. Выдающиеся футболисты.	<b>Учащийся:</b> <b>владеет:</b> историей развития футбола; знаниями о выдающихся футболистах; <b>выполняет:</b> правила игры в футбол; технику безопасности на уроках футбола
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
Подвижные игры и эстафеты с мячом («День и ночь», «Вызов номеров», «Рывок	<b>владеет:</b> техникой выполнения упражнений; прыжками с имитацией удара головой

<p>за мячом», «Вытолкни из круга», «Охотники и утки» и другие); ускорения и рывки с мячом; прыжки с имитацией удара головой; спортивные игры гандбол, баскетбол по упрощенным правилам с элементами футбола</p>	<p><b>играет:</b> подвижные и спортивные игры с элементами футбола</p>
<b>Технико-тактическая подготовка</b>	
<p><i>Передвижения:</i> сочетание приемов передвижения с техникой владения мячом.  <i>Удары по мячу:</i> внешней частью подъема; внутренней стороной стопы; в движении; на точность; удары головой по мячу уменьшенного веса: удары по мячу средней частью лба. <i>Остановки мяча:</i> внутренней стороной стопы; подошвой, внутренней стороной стопы, бедром и грудью (для юношей) в движении; <i>Ведение мяча:</i> изученные способы ведения мяча.  <i>Вбрасывания мяча:</i> вброс мяча из разных исходных положений; <i>Жонглирование мячом</i> ногой, бедром, головой.  <i>Отвлекающие действия (финты):</i> «уходом», «ударом», «остановкой», «переносом ноги через мяч»; «ударом ногой» с уборкой мяч под себя; <i>Отборы мяча:</i> изученные приемы, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади, отбор мяча во время поединка с соперником. <i>Элементы игры вратаря:</i> броски мяча рукой; ловля, отражения, перевод мяча без падения; выбор места в штрафной во время ловли мяча на выходе. <i>Индивидуальные действия в нападении:</i> маневрирования на поле; умение рационально использовать изученные технические приемы; <i>защите:</i> выбор момента и способа действия для перехвата мяча;  <i>Групповые действия</i> в нападении: взаимодействие с партнерами при организации атаки; <i>в защите:</i> выбор позиции; умение взаимодействовать в обороне при равном соотношении сил с соперниками</p>	<p><b>владеет:</b> передвижениями; ударами по неподвижному мячу, катящемуся мячу; летящему; в движении; на точность; головой по мячу уменьшенного веса; средней частью лба без прыжка и в прыжке;  остановками мяча внутренней стороной стопы, летящего мяча; подошвой, внутренней стороной стопы, бедром и грудью (для юношей) в движении; изученными способами ведения мяча, увеличивая скорость движения; вбрасывания мяча: из разных исходных положений с места и после разбега на дальность; жонглирование мячом ногой, бедром, головой; финтами, «ударом», «остановкой» в условиях выполнения игровых упражнений  элементы игры вратаря: броски мяча рукой; ловля, отражения, перевод мяча без падения; маневрирование на поле: «открывания» для приема мяча, отвлечение соперника, создания численного преимущества на отдельном участке поля; взаимодействие с партнерами при организации атаки с использованием различных передач: на ход, в ноги, коротких, средних, длинных, поперечных, диагональных, внизу; индивидуальными и групповыми действиями в игре.  <b>играет:</b> учебная игра по упрощенным правилам</p>

### Баскетбол (12 часов).

Содержание учебного материала	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся
<b>Теоретические сведения</b>	
<p>История развития баскетбола.  Рациональное питание спортсменов.  Вредные привычки и их отрицательные влияния на достижения в спорте. Техника</p>	<p><b>Учащийся:</b>  <b>владеет:</b> историей развития баскетбола; методикой организацией самостоятельных занятий; особенностями питания спортсмена.</p>

безопасности. Правила гигиены во время занятий физическими упражнениями.	<b>выполняет:</b> технику безопасности и правила гигиены во время занятий.
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
Специальные физические упражнения; развитие двигательных качеств (скоростные и скоростно-силовые, силовые, выносливость, ловкость и гибкость); подвижные игры	<b>выполняет:</b> ускорение 5, 10, 15м из разных стартовых положений по зрительным и звуковым сигналам; «челночный» бег 4х5м; упражнения для развития силы мышц туловища, плечевого пояса и кистей рук, гибкости; серийные прыжки с доставанием высоко подвешенных предметов.
<b>Технико-тактическая подготовка</b>	
Стойки; способы передвижения; остановки; повороты на месте; ведение (мяча на месте, в движении, с обводкой стоек, с изменением направления и скорости движения); «двойной шаг»; ловля и передача (1-й рукой от плеча, 2-мя руками от груди, с отскоком об пол, в 3-ках, квадрате, круге) на месте и в движении; броски мяча (1-й рукой от плеча, 2-мя руками от груди, после ведения, ловли от партнера). Индивидуальная техника защиты (вырывание и выбивание); тактика игры; игра по упрощенным правилам в мини-баскетбол, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола («Мяч капитану», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «передал – садись» и т.д.).	<b>выполняет:</b> стойки, передвижения в нападении и защите, остановки, повороты, броски, ловлю и передачу мяча, ведение мяча с обводкой предметов; технические приемы нападения и защиты при взаимодействиях с партнерами во время игры. <b>играет:</b> подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола; в мини-баскетбол по упрощенным правилам

## 7 КЛАСС (34 часа).

### Футбол (24 часа).

Содержание учебного материала	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся
<b>Теоретические сведения</b>	
Правила игры футбола. Медицинский контроль и самоконтроль юного футболиста. Профилактика травматизма во время занятий футболом	<b>Учащийся:</b> <b>владеет:</b> знаниями медицинского контроля и самоконтроля для здоровья юного футболиста; о профилактике травматизма во время занятий футболом; <b>выполняет:</b> технику безопасности на уроках футбола
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
Подвижные игры и эстафеты с мячом («День и ночь», «Вызов номеров», «Рывок за мячом», «Вытолкни из круга», «Охотники и утки» и другие); ускорения и рывки с мячом; прыжки с имитацией удара головой; спортивные игры гандбол, баскетбол по упрощенным правилам с элементами футбола	<b>владеет:</b> техникой выполнения упражнений; прыжками с имитацией удара головой <b>играет:</b> подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам с элементами футбола
<b>Технико-тактическая подготовка</b>	

<p><i>Передвижения:</i> сочетание приемов передвижения с техникой владения мячом.</p> <p><i>Удары</i> по мячу ногой средней частью подъема; различными способами; на точность и дальность;</p> <p>головой по мячу уменьшенного веса: средней частью лба. <i>Остановки мяча:</i> внутренней стороной стопы; подошвой, бедром и грудью (для юношей); внутренней частью подъема. <i>Ведение мяча:</i> совершенствование изученных способов ведения мяча. <i>Отвлекающим действия (финты):</i> «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений;</p> <p>отбора мяча: совершенствование изученных приемов, атакуя соперника в условиях выполнения игровых упражнениях.</p> <p><i>Жонглирование мячом:</i> ногой, бедром, головой.</p> <p><i>Вбрасывания мяча:</i> вброс мяча с места и после разбега. <i>Элементы игры вратаря:</i> броски мяча рукой; ловля и отбивание мяча; розыгрыш удара от своих ворот; ввод мяча в игру партнеру, который открывается.</p> <p><i>Индивидуальные действия в нападении:</i> маневрирования на поле; рациональное использование изученных технических приемов; индивидуальные действия в защите: совершенствование «закрытия»; умение противодействовать передачи, ведению и удару по воротам; <i>Групповые действия в нападении и защите:</i> при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника</p>	<p><b>выполняет:</b> передвижения в сочетании с техникой владения мячом; удары по мячу, средней частью подъема, который катится, подпрыгивает, летит; различными способами; на точность и дальность; головой по мячу уменьшенного веса: средней частью лба без прыжка и в прыжке; остановки мяча внутренней стороной стопы, летящий; подошвой, бедром и грудью (для юношей) в движении; остановка с поворотом до 180 внутренней частью подъема мяча опускается; ведение мяча: ведение мяча изученными способами, увеличивая скорость движения, выполняя рывки и обводки; отвлекающие действия (финты): в условиях игровых упражнений; отбора мяча: отбор мяча изученными приемами, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади в условиях игровых упражнений; жонглирование мячом ногой, бедром, головой; вбрасывания мяча из разных исходных положений с места и после разбега; элементы игры вратаря: броски мяча рукой; ловля и отбивания мяча в игре на выходе; индивидуальными и игровыми действиями</p> <p>ведения и удар по воротам; розыгрыш удара от своих ворот, введение мяча в игру партнеру, который открывается после ловли (для вратарей);</p> <p><b>играет:</b> учебная игра, подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам с элементами футбола</p>
---	--

### Баскетбол (12 часов).

Содержание учебного материала	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся
<b>Теоретические сведения</b>	
<p>Баскетбол на современном этапе. Методика развития выносливости.</p> <p>Поведение во время соревнований</p> <p>Правила безопасности во время игры.</p>	<p><b>Учащийся:</b></p> <p><b>владеет:</b> знаниями о баскетболе на современном этапе; о ведущих баскетбольных клубах страны, области, города; выдающихся баскетболистах</p> <p><b>выполняет:</b> технику безопасности, самоконтроль за внешними признаками утомления, переутомления и средствах их предупреждения</p>
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
<p>Специальные упражнения для развития физических качеств, подвижные игры и эстафеты</p>	<p><b>выполняют:</b> ускорение с места 5, 10, 15, 20м с разных стартовых положений; «челночный» бег 4х9м; серийные прыжки толчком двух и одной ноги с доставанием высоко подвешенных предметов;</p>

	упражнения с отягощениями, набивными мячами; упражнения для развития силы мышц туловища, плечевого пояса и кистей рук.
<b>Технико-тактическая подготовка</b>	
Стойки; способы передвижения; остановки; повороты на месте; ведение мяча в движении, с обводкой, с изменением направления и скорости движения; «двойной шаг»; ловля и передача (1-й рукой от плеча, 2-мя руками от груди) на месте и в движении; броски мяча (1-й рукой от плеча, 2-мя руками от груди, с места и в движении, и после ловли, после ведения с пассивным противодействием). Индивидуальная техника защиты (вырывание и выбивание, перехват); тактика игры; игра по упрощенным правилам в мини-баскетбол, игра и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3 и эстафеты с элементами баскетбола	<b>выполняет:</b> стойки, передвижения в нападении и защите, остановки, повороты, броски, ловлю и передачу мяча, ведение мяча с обводкой предметов; технические приемы нападения и защиты при взаимодействиях с партнерами во время игры. <b>играет:</b> мини-баскетбол по упрощенным правилам, эстафеты с мячом, игровые задания.

## 8 КЛАСС (17 часов).

### Футбол (12 часов).

Содержание учебного материала	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся
<b>Теоретические сведения</b>	
Спортивный режим и питание юного футболиста. Основные понятия судейства и арбитража. Техника безопасности.	<b>Учащийся:</b> <b>владеет:</b> о спортивном режиме и питанием юного футболиста; основными понятиями арбитража; <b>выполняет:</b> правила игры в футбол; технику безопасности на уроках футбола
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
Подвижные и спортивные игры по упрощенным правилам с элементами футбола; встречные и круговые эстафеты: с переносом, расстановкой и сбором предметов, метанием в цель, бросками и ловлей мяча; прыжками и бегом в различных сочетаниях; ускорения и рывки с мячом; рывки к мячу с последующим ударом по воротам; прыжки с имитацией удара головой и ногой; прыжки с места и разбега с ударами головой или ногой по мячу, подвешенных на разной высоте	<b>выполняет:</b> техникой выполнения упражнений; прыжки с места и с разбега с имитацией удара головой или ногой по мячу, подвешенных на разной высоте; <b>играет:</b> подвижные игры и эстафеты с мячом («День и ночь», «Вызов», «Вызов номеров», «Рывок за мячом», «вытолкнет из круга», «Охотники и утки» и другие); встречные и круговые эстафеты; спортивные игры гандбол, баскетбол по упрощенным правилам с элементами футбола
<b>Технико-тактическая подготовка</b>	
<i>Передвижения:</i> сочетание приемов передвижения с техникой владения мячом. <i>Удары</i> по мячу ногой различными способами, который катится, летит; головой по мячу уменьшенного веса: средней частью лба без прыжка и в прыжке. <i>Остановки мяча:</i> остановки мяча подошвой, внутренней стороной стопы,	<b>выполняет:</b> передвижения: различные сочетания способов передвижения с техникой владения мячом; удары по мячу ногой: разными способами по котящемуся и летящему мячу в различных направлениях; на точность и дальность с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара; головой по мячу уменьшенного веса: по мячу средней частью лба без прыжка и в прыжке;

<p>бедром и грудью (для мальчиков) в движении; внутренней и внешней частями подъема. <i>Ведение мяча</i> изученными способами.</p> <p><i>Отвлекающие действия (финты):</i> в условиях игровых упражнений с активным поединком; отбор мяча: совершенствование изученных приемов в условиях игровых упражнений и учебных игр.</p> <p><i>Вбрасывания мяча:</i> вброс мяча из разных исходных положений с места и после разбега. <i>Жонглирование мячом ногой, бедром, головой;</i></p> <p><i>элементы игры вратаря:</i> выбивание мяча; определение момента для выхода из ворот; управления игрой партнеров в обороне;</p> <p><i>индивидуальные действия в нападении и в защите:</i> умение противодействовать передачи, ведению и удар по воротам; маневрирования на поле; рациональное использование изученных технических приемов;</p> <p><i>групповые действия в нападении и в защите:</i> взаимодействие с партнерами при организации атаки у ворот соперника; игра в одно касание; выбор позиции и страхования при организации противодействия атакующим действиям.</p>	<p>остановки мяча: подошвой, внутренней сторонами ноги стопы, бедром и грудью (для юношей) в движении; остановки мяча опускающейся с поворотом до 180 ° внутренней и внешней частями подъема; ведение мяча изученными способами, увеличивая скорость движения, выполняя рывки, обводки и контроль мяча; отвлекающие действия (финты): «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным поединком; отбор мяча изученными приемами, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади, в условиях игровых упражнений и учебных игр; вбрасывания мяча из разных исходных положений с места и после разбега на дальность и точность; жонглирование мячом ногой, бедром, головой;</p> <p>элементы игры вратаря;</p> <p>Индивидуальные и групповые действия в учебной игре, «закрывания»; «перехват»; управления игрой партнеров по обороне (для вратарей);</p> <p><b>играет:</b> учебная игра по упрощенным правилам, с применением изученных элементов</p>
--	--

### Баскетбол (5 часов).

Содержание учебного материала	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся
<b>Теоретические сведения</b>	
<p>Понятие о психическом и физическом здоровье Специальная физическая подготовка баскетболиста. Методика развития скоростно-силовых качеств, ловкости. Правила игры Поведение во время соревнований Правила техника безопасности.</p>	<p><b>Учащийся:</b></p> <p><b>владеет:</b> специальной физической подготовкой баскетболиста; скоростно-силовыми качествами, ловкостью</p> <p><b>выполняет:</b> технику безопасности; самоконтроль за физическим состоянием.</p>
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
<p>Специальные упражнения для развития физических качеств, подвижные игры и эстафеты</p>	<p><b>выполняют:</b> ускорение с разных исходных положений 5, 10, 15, 20м; «челночный» бег 4x10м; серийные прыжки толчком двух и одной ноги с доставанием высоко подвешенных предметов; упражнения с отягощением, набивными мячами; упражнения для развития силы мышц туловища, плечевого пояса и кистей рук, гибкости, эстафеты.</p>
<b>Технико-тактическая подготовка</b>	
<p>Техника передвижений, остановок, стоек (повороты без мяча и с мячом,</p>	<p><b>выполняет:</b> различные передвижения и остановки, технические приемы нападения и защиты;</p>

<p>передвижение парами в нападении и защите лицом друг другу и т.д.); ведение с изменением скорости и направления, с сопротивлением и без сопротивления защитника; ловля и передача мяча 2-мя руками от груди и 1-ой рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника, с отскоком от пола, при встречном движении; броски 1-ой – 2-мя руками с места и в движении после ведения и после ловли; штрафной бросок 1-ой рукой. Индивидуальная техника защиты (вырывание, выбивание, перехват); тактические приемы игры; игра по упрощенным правилам баскетбола.</p>	<p>асинхронное ведение мяча без зрительного контроля, «перекладывание» мяча при сопротивлении защитника; броски 1-ой рукой сверху в прыжке, 2-мя руками сверху (девушки) с места и в движении с сопротивлением защитника; штрафной бросок; броски мяча в корзину после «двойного шага»; накрытия мяча; борьбу за мяч, отскочивший от щита. <b>играет:</b> баскетбол по упрощенным правилам</p>
--	--

## 9 КЛАСС (34 часа).

### Футбол (24 часа).

Содержание учебного материала	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся
<b>Теоретические сведения</b>	
<p>Основные принципы арбитража. Профилактика травматизма на уроках футбола. Российские и международные футбольные организации. Техника безопасности.</p>	<p><b>Учащийся:</b> <b>владеет:</b> знаниями о российских и международных футбольных организациях; основными жестами арбитров; основными средствами профилактики травматизма на уроках <b>выполняет:</b> правила игры в футбол; безопасности на уроках футбола.</p>
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
<p>Подвижные игры и эстафеты с мячом; встречные и круговые эстафеты с преодолением полосы препятствий, с переносом, расстановкой и сбором предметов, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях; ускорения и рывки с мячом; рывки к мячу с последующим ударом по воротам; прыжки с имитацией удара головой и ногой; в прыжке с места и с разбега; прыжки с места и с разбега с ударами головой или ногой по мячам, подвешенных на разной высоте; спортивные игры гандбол, баскетбол, волейбол, по упрощенным правилам с элементами футбола</p>	<p><b>владеет:</b> техникой выполнения упражнений; <b>выполняет:</b> прыжки с места и с разбега с имитацией удара головой, ногой или ногой по мячам, подвешенных на разной высоте; <b>играет:</b> подвижные игры («День и ночь», «Вызов», «Вызов номеров», «Рывок за мячом», «вытолкнет из круга», «Охотники и утки» и другие) и спортивные игры по упрощенным правилам с элементами футбола.</p>
<b>Технико-тактическая подготовка</b>	
<p>Передвижения: сочетание различных приемов передвижений с техникой владения мячом. <i>Удары</i> по мячу ногой, правой и левой ногами различными способами по мячу, по катящемуся и летящему; на точность и дальность; головой</p>	<p><b>выполняет:</b> передвижения: различные сочетания приемов передвижения с техникой владения мячом; удары по мячу ногой, правой и левой ногами различными способами по мячу катящемуся и летящему в разных направлениях, по разным траекториям, с различными скоростями; на точность</p>

<p>по мячу; по мячу средней частью лба без прыжка и в прыжке. <i>Остановки мяча:</i> подошвой, внутренней стороной стопы, бедром и грудью (для юношей) в движении. <i>Ведение мяча:</i> совершенствования изученных способов ведения мяча; <i>Отвлекающие действия (финты):</i> «уходом», «ударом», «остановкой»; отбора мяча; совершенствование изученных приемов; <i>вбрасывания мяча:</i> вброс мяча из разных исходных положений с места и после разбега; <i>жонглирование мячом ногой, бедром, головой; элементы игры вратаря:</i> ловля, отбивание, перевод и выбивания мяча; выбор правильной позиции при углового, штрафного и свободного ударов; организация атаки при вводе мяча в игру; <i>индивидуальные действия в нападении и в защите:</i> совершенствование «закрытия», «перехват» и отбора мяча; маневрирование на поле; умения выбрать и рационально использовать изучены технические приемы; групповые действия в нападении и в защите: взаимодействие с партнерами при организации атаки и обороне при выполнении соперником стандартных комбинаций; организация и построение «стенки».; совершенствование игровых и стандартных ситуаций;</p>	<p>и дальность с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара; головой по мячу: по мячу серединой частью лба без прыжка и в прыжке; остановки мяча подошвой, внутренними сторонами стопы, бедром и грудью (для юношей) в движении; мяча в движении, выводя мяч на удобную позицию для дальнейших действий; ведение мяча, изученными способами увеличивая скорость движения, выполняя рывки и обводки, контроля мяча и отпуская его от себя на 8-10м; отвлекающие действия (финты) в условиях игровых упражнений с активным поединком и обучающих игр; отбора мяча: приемы, выученные ранее, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади, в условиях игровых упражнений и учебных игр; вбрасывания мяча из разных исходных положений с места и после разбега на дальность и точность; жонглирования мячом ногой, бедром, головой; элементы игры вратаря: ловля, отражения, перевод мяча без падения и в падении; выбивание мяча ногой с земли и с рук на дальность и точность; выбор из нескольких возможных решений в данной игровой ситуации правильно и рационально; индивидуальные и групповые действия <b>играет:</b> учебную игру, подвижные игры</p>
--	---

### Баскетбол (12 часов).

Содержание учебного материала	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся
<b>Теоретические сведения</b>	
<p>Методика развития ловкости. Профилактика травматизма и оказания первой доврачебной помощи. Правила игры по баскетболу. Поведение во время соревнований. Правила техники безопасности.</p>	<p><b>Учащийся:</b> <b>владеет:</b> методикой развития ловкости; профилактикой травматизма; первой доврачебной помощью; правилами игры во время учебной игры; <b>выполняет:</b> правила техники безопасности</p>
<b>Специальная физическая подготовка</b>	
<p>Специальные упражнения для развития физических качеств; специальные упражнения баскетболиста (ранее изученные); подвижные игры и эстафеты</p>	<p><b>выполняет:</b> ускорение с места 5, 10, 15, 20м с разных видов исходных положений; «челночный» бег 4x10м; упражнения с отягощениями, с набивными мячами; эстафеты; упражнения для развития силы мышц туловища, плечевого пояса и кистей рук; гибкости; ранее изученные специальные упражнения баскетболиста</p>
<b>Технико-тактическая подготовка</b>	

<p>Различные способы: передвижений, ловли и передач мяча, ведение и броски в условиях жесткого сопротивления защитников; штрафные и дальние броски; «двойной» шаг. Тактические действия в игре</p>	<p><b>выполняет:</b> различные способы: передвижения, остановки в сочетании с техническими приемами нападения и защиты в тактических взаимодействиях и при активном сопротивлении соперников; накрытия мяча и блокирование при борьбе за мяч; асинхронное ведение мяча без зрительного контроля; передачи мяча различными способами при сопротивлении защитника броски 1-ой рукой сверху в прыжке со средней и дальней дистанций в движении с сопротивлением защитника; техническими приемами в нападении и защиты при взаимодействии во время игры</p> <p><b>играет:</b> учебная игра 5x5 по упрощенным правилам баскетбола, игры и игровые задания: 2:1, 3:1,3:2,3:3.</p>
--	---

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Наименование разделов/ тем	Количество часов				
		5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
1	Футбол	12	12	12	6	12
2	Баскетбол	12	12	12	6	12
3	Футбол	10	10	10	5	10
	Всего часов	34	34	34	17	34



*[Handwritten signature]*

В данном документе всего прошито, пронумеровано  
и скреплено печатью

( *Пятнадцать* ) листов

Директор школы: В.П.Голдырев