**Муниципальный орган управления образованием отдел образования**

**Администрации Тальменского района Алтайского края**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Тальменская средняя общеобразовательная школа №3»**

**Тальменского района Алтайского края**

| **Принято:**  Руководитель МО  \_\_\_\_\_\_\_\_Ивонина И.Б.  Протокол № \_4\_\_\_\_\_\_\_\_  От « 30\_» \_08\_ 2023 г. | **Согласовано:**  Заместитель директора по ВР\_\_\_\_\_\_ Керноз Г.Н.  От « \_30\_\_» \_08\_ 2023 г. | **Утверждаю:**  Директор школы  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Лопатина Т.В.  Приказ № 73/3-од\_\_  От «\_31\_» \_08\_ 2023 г |
| --- | --- | --- |

**Рабочая программа**

**курса внеурочной деятельности**

**«Спортивные игры» для 5-9 классов**

на 2023 – 2024 учебный год

начальное общее образование

Спортивно-оздоровительное направление

Срок реализации программы 1 год

Составитель: Ивонина Ирина Борисовна учитель физической культуры

высшая квалификационная категория

Калинин Сергей Николаевич

учитель физической культуры

высшая квалификационная категория

Тальменка 2023

**Пояснительная записка.**

Рабочая программакурсавнеурочной деятельности «Спортивные игры» для 5-9 классов составлена с учетом следующих нормативных документов и методических материалов:

* Основной образовательной программы начального общего образования МКОУ «Тальменская СОШ №3»;
* Календарного учебного графика на 2023-2024 учебный год МБОУ «Тальменская СОШ №3»;
* Учебного плана начального общего образования на 2023 - 2024 учебный год МБОУ «Тальменская СОШ №3»;
* Положения о рабочей программе учебного предмета, курса по ФГОС «МБОУ Тальменская СОШ №3»;

Программа реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности. Так как учебный год в 5-9 классах рассчитан на 34 недели, программа написана на 34 часа. Занятия проводятся в соответствии с постановлением о «Введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов САНПиН 2.4.4.1251-03»: учебный час равен 40 минутам.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, приобретение друзей и организацию досуга. Программа включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В программу включено знакомство с различными подвижными играми. Игра – естественный спутник жизни, ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

Подвижные игры имеют и оздоровительное значение. Правильно организованные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки детей.

**Цель программы:** создание условий для физического развития детей, формирование личности ребенка средствами подвижных игр через включение их в современную деятельность

**Задачи**, решаемые в рамках данной программы:

* обеспечить двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
* познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
* профилактика вредных привычек;
* создавать условия для проявления чувства коллективизма;
* развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
* воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

**Контроль и оценивание достижения планируемых образовательных результатов**

| Оцениваемые образовательные результаты | Виды контроля и оценивания | Формы и методы осуществления  оценочных процедур |
| --- | --- | --- |
| Предметные | - Стартовая диагностика  - Текущий (формирующий)  - Тематический  - Внутришкольный мониторинг образовательных достижений  - Промежуточная аттестация  - Итоговая аттестация | - Устный опрос  - Практическая работа  - Самооценка с использованием  «Оценочного листа» |
| Метапредметные:  регулятивные УУД  познавательные УУД  коммуникативные УУД | - Стартовая диагностика  - Текущий (формирующий)  - Тематический  - Внутришкольный мониторинг образовательных достижений  - Промежуточная аттестация | - Наблюдение в ходе занятия за  выполнением учебно- практических заданий  - Анализ результатов тестирования по предмету  - Наблюдение в ходе урока за работой  обучающихся в условиях малой группы  - Самооценка с использованием  «Оценочного листа» |
| Личностные | - Внутришкольный мониторинг образовательных достижений | -Ежедневные наблюдения в ходе занятий  и внеурочной деятельности |

Формы представления результатов: викторины, веселые старты, спортивные конкурсы, др.

**Планируемые образовательные результаты**

**Личностные результаты.**

*У учеников будут сформированы:*

* установка на безопасный, здоровый образ жизни;
* потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
* этические чувства на основе знакомства с культурой русского народа

уважительное отношение к культуре других народов.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* понимать и принимать учебную задачу, сформулированную учителем;
* осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности

**Познавательные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* проводить сравнение и классификацию объектов;
* понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
* проявлять индивидуальные творческие способности.

**Коммуникативные УУД:**

*Обучающийся научится:*

* работать в группе, учитывать мнения партнеров;
* обращаться за помощью;
* формулировать свои затруднения;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;
* адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

**Предметные результаты:**

* формирование первоначальных представлений о значении спортивно-оздоровительных занятий для укрепления здоровья, для успешной учёбы и социализации в обществе.
* овладение умениями организовывать собственную деятельность

(режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, полезные привычки, подвижные игры и т.д.)

**Содержание программы 5 класс**

Баскетбол

1.Основы знаний. Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения. Режим дня и режим питания.

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.

Волейбол

1.Основы знаний. 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?»

Футбол

1.Основы знаний. 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».

**6 класс**

Баскетбол

1.Основы знаний. Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения. Режим дня и режим питания.

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.

Волейбол

1.Основы знаний. 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?»

Футбол

1.Основы знаний. 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».

**7 класс**

Баскетбол

1.Основы знаний. Товарищ и друг. В чём сила командной игры. Физические упражнения – путь к здоровью, работоспособности и долголетию.

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: «школа мяча», «охотники и утки» эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения и остановки.

Волейбол

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

1.Основы знаний. 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».

**8 класс**

Баскетбол

1.Основы знаний. Антропометрические измерения. Питание и его значение для роста и развития. Что общего в спортивных играх и какие между ними различия? Закаливание организма.

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.

Волейбол

1.Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Самоконтроль и его основные приёмы. Мышечная система человека. 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

1.Основы знаний. 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».

**9 класс**

Баскетбол

1.Основы знаний. Антропометрические измерения. Питание и его значение для роста и развития. Что общего в спортивных играх и какие между ними различия? Закаливание организма.

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.

Волейбол

1.Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Самоконтроль и его основные приёмы. Мышечная система человека. 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

1.Основы знаний. 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».

**Тематический поурочный план**

5 класс

| **№ п/п** | **Тема занятия** |
| --- | --- |
|
| Баскетбол (12 часов) | |
|  | ТБ на занятиях баскетболом |
|  | Стойки и перемещения баскетболиста |
|  | Остановка прыжком |
|  | Остановка в два шага |
|  | Передачи мяча |
|  | Ловля мяча |
|  | Ведения мяча |
|  | Броски в кольцо с двух шагов |
|  | Штрафной бросок |
|  | Основные правила игры в баскетбол |
|  | Подвижные игры |
|  | Игра в баскетбол по упрощенным правилам |
| Волейбол (13 часов) | |
|  | ТБ на занятиях волейболом |
|  | Стойки игрока |
|  | Основные перемещения волейболиста |
|  | Передача мяча сверху |
|  | Передача мяча снизу |
|  | Передачи мяча через сетку |
|  | Нижняя прямая подача |
|  | Нижняя прямая подача |
|  | Прием мяча |
|  | Основные правила волейбола |
|  | Игра в волейбол по упрощенным правилам |
|  | Подвижные игры и эстафеты |
|  | Игра в волейбол по упрощенным правилам |
| Футбол (10 часов) | |
|  | ТБ на занятиях футболом |
|  | Стойки и перемещения футболиста |
|  | Техника удара по неподвижному мячу |
|  | Техника удара по движущемуся мячу |
|  | Передачи мяча |
|  | Ведение мяча |
|  | Основные правила футбола |
|  | Игра в футбол по упрощенным правилам |
|  | Подвижные игры и эстафеты футболиста |

**Тематический план курса**

6 класс

| **№ п/п** | **Тема занятия** |
| --- | --- |
|
| Баскетбол (12 часов) | |
| 1 | ТБ на занятиях баскетболом |
| 2 | Передачи мяча |
| 3 | Штрафной бросок |
| 4 | Остановка в два шага |
| 5 | Стойки и перемещения баскетболиста |
| 6 | Ловля мяча |
| 7 | Подвижные игры |
| 8 | Броски в кольцо с двух шагов |
| 9 | Остановка прыжком |
| 10 | Основные правила игры в баскетбол |
| 11 | Ведения мяча |
| 12 | Игра в баскетбол по упрощенным правилам |
| Волейбол (13 часов) | |
| 13 | ТБ на занятиях волейболом |
| 14 | Стойки игрока |
| 15 | Основные перемещения волейболиста |
| 16 | Нижняя прямая подача |
| 17 | Передача мяча снизу |
| 18 | Передачи мяча через сетку |
| 19 | Передача мяча сверху |
| 20 | Нижняя прямая подача |
| 21 | Игра в волейбол по упрощенным правилам |
| 22 | Основные правила волейбола |
| 23 | Прием мяча |
| 24 | Подвижные игры и эстафеты |
| 25 | Игра в волейбол по упрощенным правилам |
| Футбол (10 часов) | |
| 26 | ТБ на занятиях футболом |
| 27 | Передачи мяча |
| 28 | Техника удара по неподвижному мячу |
| 29 | Подвижные игры и эстафеты футболиста |
| 30 | Стойки и перемещения футболиста |
| 31 | Ведение мяча |
| 32 | Основные правила футбола |
| 33 | Игра в футбол по упрощенным правилам |
| 34 | Техника удара по движущемуся мячу |

**Тематический поурочный план**

7 класс

| **№ п/п** | **Тема занятия** |
| --- | --- |
|
| Баскетбол (12 часов) | |
|  | ТБ на занятиях баскетболом |
|  | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. |
|  | Остановка двумя руками и прыжком. |
|  | Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). |
|  | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). |
|  | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. |
|  | Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой. |
|  | Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. |
|  | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). |
|  | Повороты без мяча и с мячом. |
|  | Подвижные игры на базе баскетбола «школа мяча», «охотники и утки» |
|  | Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча». |
| Волейбол (13 часов) | |
|  | ТБ на занятиях волейболом |
|  | Стойки игрока. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). |
|  | Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. |
|  | Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение). |
|  | Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. |
|  | Передачи двумя руками сверху в парах. |
|  | Передачи мяча над собой. |
|  | Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания. |
|  | Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки |
|  | Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. |
|  | Прием подачи. |
|  | Подвижные игры, эстафеты. |
|  | Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания. |
| Футбол (10 часов) | |
|  | ТБ на занятиях футболом |
|  | Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. |
|  | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). |
|  | Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, с места, с одного-двух шагов. |
|  | Вбрасывание из-за «боковой» линии. |
|  | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Игры и игровые задания. |
|  | Передачи мяча в парах. Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка. |
|  | Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота». |
|  | Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра в мини-футбол. |

**Тематический поурочный план**

8 класс

| **№ п/п** | **Тема занятия** |
| --- | --- |
|
| Баскетбол (12 часов) | |
|  | ТБ на занятиях баскетболом |
|  | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. |
|  | Остановка двумя руками и прыжком. |
|  | Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). |
|  | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). |
|  | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. |
|  | Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой. |
|  | Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. |
|  | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). |
|  | Повороты без мяча и с мячом. |
|  | Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «охотники и утки» |
|  | Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча». |
| Волейбол (13 часов) | |
|  | ТБ на занятиях волейболом |
|  | Стойки игрока. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). |
|  | Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. |
|  | Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение). |
|  | Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. |
|  | Передачи двумя руками сверху в парах. |
|  | Передачи мяча над собой. |
|  | Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания. |
|  | Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки |
|  | Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. |
|  | Прием подачи. |
|  | Подвижные игры, эстафеты. |
|  | Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания. |
| Футбол (9 часов) | |
|  | ТБ на занятиях футболом |
|  | Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. |
|  | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). |
|  | Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, с места, с одного-двух шагов. |
|  | Вбрасывание из-за «боковой» линии. |
|  | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Игры и игровые задания. |
|  | Передачи мяча в парах. Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка. |
|  | Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота». |
|  | Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра в мини-футбол. |

**Тематический поурочный план**

9 класс

| **№ п/п** | **Тема занятия** |
| --- | --- |
|
| Баскетбол (12 часов) | |
| 1 | ТБ на занятиях баскетболом |
| 2 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). |
| 3 | Повороты без мяча и с мячом. |
| 4 | Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). |
| 5 | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. |
| 6 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). |
| 7 | Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «охотники и утки» |
| 8 | Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. |
| 9 | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. |
| 10 | Остановка двумя руками и прыжком. |
| 11 | Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой. |
| 12 | Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча». |
| Волейбол (13 часов) | |
| 13 | ТБ на занятиях волейболом |
| 14 | Передачи мяча над собой. |
| 15 | Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. |
| 16 | Прием подачи. |
| 17 | Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. |
| 18 | Передачи двумя руками сверху в парах. |
| 19 | Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки |
| 20 | Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания. |
| 21 | Стойки игрока. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). |
| 22 | Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. |
| 23 | Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение). |
| 24 | Подвижные игры, эстафеты. |
| 25 | Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания. |
| Футбол (10 часов) | |
| 26 | ТБ на занятиях футболом |
| 27 | Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, с места, с одного-двух шагов. |
| 28 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). |
| 29 | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Игры и игровые задания. |
| 30 | Вбрасывание из-за «боковой» линии. |
| 31 | Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. |
| 32 | Передачи мяча в парах. Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка. |
| 33 | Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота». |
| 34 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). |

**Лист внесения изменений**

| **№ п\п** | **Содержание изменения (дата, тема урока, номер урока, причины и способ корректировки)** | **Реквизиты документов о внесении изменений (номер, дата приказа)** | **Подпись лица, внесшего изменения** |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |