


Частное учреждение – общеобразовательная организация «Международная школа «Источник»	Форма	
ДП – Реализация образовательных программ	Ф - Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	

**Рассмотрено:**

На заседании педагогического  
совета

Протокол № 9  
от «26» июня 2025 г.

**Утверждено:**

Директор Частного учреждения -  
общеобразовательной организации  
«Международная школа «Источник»  
\_\_\_\_\_ И.А. Яковлева

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа**

**«Спортивные игры»**

**Направленность: физкультурно-спортивная**

**Уровень: базовый**

**1 - 4 классы**

**Срок реализации: 1 год**

**Автор - разработчик: Нурмухаметов И.Н.**

**Ульяновск 2025**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Спортивные игры» спортивно-оздоровительной направленности разработана в соответствии с документами:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ-273);
2. Конвенция ООН о правах ребенка;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
5. Профессиональный стандарт "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021 г., регистрационный N 66403), действующим до 1 сентября 2028 года;
6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. N 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ";
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее - Целевая модель);
10. Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и

дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

11. Примерная рабочая программа воспитания для общеобразовательных организаций, разработанная Институтом изучения семьи, детства и воспитания РАО по заданию Министерства просвещения РФ, одобрена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 23 июня 2022 года.

12. Приказ Минспорта России от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

13. Программы для общеобразовательных учреждений «Физическая культура: программа 1 – 4 классы» А.П. Матвеев.

Актуальной является проблема преодоления гиподинамии в условиях школы. При интенсивной или длительной умственной деятельности у школьников начинает развиваться утомление. В сложной системе факторов, влияющих на предупреждение переутомления школьников, на сохранение и укрепление их нервно-психического и физического здоровья в целом, существенную роль играет двигательная активность. Свой незаменимый вклад в этот процесс вносит игровая деятельность.

Игра для ребенка — важный момент его развития. Играя, ребенок познает мир, определяет себя в этом мире свою роль в семье, в коллективе. Игры вносят в душу ребенка веселье и радость и одновременно содействуют укреплению его организма. За игрой ребенок приобретает множество неоценимых качеств: ловкость, наблюдательность, фантазию, память. Игра стимулирует и самые разные способности: умение сравнивать, комбинировать, размышлять, анализировать.

Играя, ребенок легче устанавливает связь с миром взрослых и с миром вообще, у него появляются навыки внутреннего диалога, необходимого для продуктивного мышления. В игре развивается самосознание детей — то, как он относится к самому себе, кем он себя считает, как себя называет.

В школе и дома, выполняя учебные задания, современные дети большей частью сидят, и это сидение есть не что иное, как некая своеобразная форма комфорта, который вступает в конфликт с естественным инстинктом игрового движения.

Для обозначения большой группы игр, ведущая цель которых — физическое развитие и оздоровление детей, используется преимущественно термин «подвижные игры». Я.А. Коменский в письме Городской управе Амстердама (1657 г.) называет семь основных условий подвижной игры:

- движение;
- физическая раскованность и свобода;

— общественный характер, «ибо забава исходит из общества, к которому стремится человек»;

— состязательность, которая приводит к «колебанию духа между надеждой и страхом»;

— наличие правил, так как без них «игроки разбегаются или пускаются в ссоры и драки, так, что нарушением правил игра противоречит сама себе»;

— легкость, которую приобретает каждый ее участник;

— ограниченность во времени — «у каждой игры должен быть свой конец, так как чрезмерно затянувшаяся игра надоедает».

«Для успехов обучения необходимо, чтобы и ученик, и учитель одинаково были бодры», — убеждал учителей И.А. Сикорский. К числу внешних условий, обеспечивающих эту бодрость и «возвышающих» умственную работоспособность он относил:

1) «свободные движения в форме игр (мышечная работа);

2) возбуждение сердца и дыхания (удовольствием, движением);

3) влияние холода на кожу (игры и прогулки на открытом воздухе);

4) чистый воздух для удаления из организма работных ядов (игры на воздухе).

Для того чтобы дети активно участвовали в подвижных играх, игры подбираются с учетом особенностей конкретных детей, что позволяет скорректировать их недостатки, исключить проявление неуверенности, комплексов среди учеников. Освоение тех или иных видов игр начинается с физических упражнений и ознакомлением основных элементов игры. При проведении занятия на открытом воздухе важно придерживаться тех температурных режимов, которые установлены для данной территории местными органами здравоохранения и просвещения и правильно дозировать физические нагрузки.

Большое внимание на каждом уроке учитель должен уделять воспитанию у обучающихся таких нравственных и волевых качеств, как дисциплинированность, доброжелательность, честность, отзывчивость, смелость, а также содействовать развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.).

При комплектовании группы учитываются возрастные особенности обучающихся, группа здоровья, предусмотрено деление группы обучающихся на подгруппы, а также индивидуальная работа с обучающимися.

#### **Цель курса:**

1. физическая и психологическая подготовка учащихся направлена на развитие в них смелости (мужества, бесстрашия), ловкости и выносливости;

2. формирование физической культуры школьников посредством освоения основ содержания спортивной деятельности.

### **Задачи:**

1. путём введения специальных игр и заданий, ставящих детей перед необходимостью проявлять и развивать в себе лучшие качества, помочь детям преодолевать страх;
2. совершенствование навыков базовых двигательных действий детей;
3. расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладении новыми с повышенной координационной сложностью;
4. формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий, способствующих групповому взаимодействию посредством спортивных игр и элементов соревнований.

### **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Рабочая программа по курсу дополнительного образования «Спортивные игры» международной школы «Источник» составлена в соответствии с количеством часов, указанных в плане курса дополнительного образования Школы, в объеме не менее 102 часа, 33 часа в 1 и 2 классах, по 34 часа в 3 и 4 классах.

#### **Объем учебной нагрузки**

	1	2	3	4	Всего
Всего часов	33	34	34	34	135

Программа курса дополнительного образования «Спортивные игры» носит комплексный характер, что отражено в метапредметных связях с такими учебными дисциплинами как: история, природоведение, технология, физическая культура, музыка.

<b>Предмет</b>	<b>Интеграция с другими науками</b>
История	История физической культуры
Природоведение	Организм человека. Опора тела и движение. Наше питание.
Технология	От замысла к результату. Технологические операции.
Физическая культура	Отличие физических упражнений от обыденных. Эстафеты по преодолению препятствий.
Музыка	Выразительность музыкальной интонации.

Подобная связь содержания программы курса дополнительного образования с учебной деятельностью обеспечивает единство учебной и внеучебной деятельности. Позволит сформировать у обучающихся не только мотивацию на ведение здорового образа, а будет способствовать формированию компетенций о социальной, психологической и соматической составляющей здоровье и уверенности в необходимости заботы о собственном здоровье.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ**

### **ПРОГРАММЫ КУРСА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

➤ личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

➤ метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

➤ предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих умений:

➤ **Определять** и **высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

➤ В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

**1. Регулятивные УУД:**

- **Определять и формулировать** цель деятельности на уроке с помощью учителя.
- **Проговаривать** последовательность действий на уроке.
- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить **работать** по предложенному учителем плану.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на уроке.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

**2. Познавательные УУД:**

- Перерабатывать полученную информацию: **делать** выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

**3. Коммуникативные УУД:**

- **Слушать** и **понимать** речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

**Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:**

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

➤ социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всем его проявлениях.

## ПРИМЕРНЫЙ ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов
1	Футбол	14
2	Баскетбол	11
3	Волейбол (пионербол)	9

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Содержание образовательного курса «Спортивные игры» позволяет детям за четыре года обучения познакомиться с основными видами спорта.

Программа образовательного курса «Спортивные игры» рассчитана на занятия с учащимися младшего школьного возраста, для проведения один раз в неделю в течение года.

### 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

#### **ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

Основная стойка, построение в шеренгу. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.

Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий старт и бег со старта по команде. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, бег до 8 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, 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 висях и упорах.

#### **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».

## **2 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **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 3x10 метров, 3x15 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 по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты. стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

## **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: «Мяч среднему», «Мяч соседу», 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. Предматчевая 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».

## **3 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **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 3x10 метров, 6x10 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.

## **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 (футзалом). 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»

## **4 ГОД ОБУЧЕНИЯ**

### **ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА**

Упражнения для развития гибкости: наклоны с предметами и без предметов; упражнения на растяжение мышц у опоры и на гимнастических матах; упражнения в парах; задания на максимальную амплитуду движений; акробатические упражнения. Упражнения на развитие быстроты: челночный бег; бег по 10-30 метров; беговые эстафеты; бег с хода; стартовый разгон; ведение мячей с максимальной скоростью. Упражнения на ловкость: прыжки с поворотами; перемещения в сочетании с упражнениями; перемещения с предметами; броски; эстафеты с предметами и комбинированными заданиями; полоса препятствий. Упражнения на выносливость: круговая тренировка; кроссовый бег, интервальный бег; походы многократные повторения заданий и упражнений. Упражнения на силу: подтягивания в

висе; отжимания; упражнения на мышцы брюшного пресса; упражнения на верхний плечевой пояс и мышцы ног у опоры. Упражнения на развитие прыгучести: многоскоки; бег по кочкам; прыжки со скакалкой.

### ***БАСКЕТБОЛ***

Передвижения; остановки; ведения мяча правой и левой рукой в движении; броски одной и двумя руками с места, ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и сменой мест. Эстафеты с мячами; Подвижные игры "Бросай - поймай", "Выстрел в небо", игра в мини-баскетбол; броски в щит, в кольцо.

### ***ВОЛЕЙБОЛ***

Основные правила игры в волейбол. Самоконтроль и его основные приёмы. Мышечная система человека. Понятие о здоровом образе жизни. Режим дня и здоровый образ жизни. Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх. Нижняя прямая подача. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

### ***ФУТБОЛ***

Передвижение игроков скрестными и приставными шагами; удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и передней частью подъема; " остановка катящегося мяча; ведение мяча между стойками с обводкой стоек; эстафеты с ведением мяча ногами, подвижные игры "Передал - садись"; "Бросок ногой". Подвижные игры с элементами бега, прыжков, метания.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. А.П. Матвеев. Физическая культура. Начальная школа (Учебная программа для учащихся 1 - 4 класса).
2. Матвеев А.П.. Физическая культура. 1 класс: учеб. Для общеобразоват. учреждений/ А.П. Матвеев; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". - М.: Просвещение, 2012.
3. Матвеев А.П.. Физическая культура. 2 класс: учеб. Для общеобразоват. учреждений/ А.П. Матвеев; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". - М.: Просвещение, 2012.
4. Матвеев А.П.. Физическая культура. 3 - 4 классы: учеб. Для общеобразоват. учреждений/ А.П. Матвеев; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во "Просвещение". - М.: Просвещение, 2012.
5. Сайт <http://dopoln.ru/kultura/219687/index.html>

### Календарно-тематическое планирование 1 года обучения

№ урока	Умения и навыки	Содержание учебного материала	Количество часов	Дата	Вид контроля	УУД
	<b>Футбол</b>	14				
1.	Знать технику безопасности	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Построение в шеренгу.	1		Т/к	<b>Личностные УУД:</b> - развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувств других людей. - развитие самостоятельности и ответственности за личные поступки на основе представлений о нравственных нормах социальной справедливости - формирование уважительного отношения к культуре
2.	Уметь передавать мяч «щечкой»	Правила игры в футбол. Высокий старт. Передача мяча «щечкой».	1		Т/к	
3.	Уметь останавливать мяч подошвой	Бег с преодолением препятствий. Остановка мяча. Ведение по прямой.	1		Т/к	
4.	Уметь давать пас партнеру	Челночный бег. Передача мяча. Жонглирование.	1		Т/к	

5.	Уметь бить по воротам с места	Бег 8 мин. Ведение. Удары по воротам с места.	1		Т/к	других народов - развитие мотивов учебной деятельности - развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и выходить из спорных ситуаций
6.	Применять полученные ранее знания	Прыжки с поворотом. Жонглирование. Учебная игра. «Попади в ворота».	1		Т/к	и формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
7.	Уметь обводить соперников	Прыжки с места. Ведение мяча. Учебная игра.	1		Т/к	- уметь выражать свои мысли
8.	Уметь бить по воротом точно	Прыжки через скакалку. Удары по воротам. Учебная игра.	1		Т/к	
9.	Уметь выбрасывать мяч из-за боковой линии	Прыжки в глубину. «Собачка». Передача двумя сверху. «Точная передача».	1		Т/к	<b>Метапредметные УУД:</b> - овладевать способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск
10.	Уметь ловить мяч, стоя на воротах	Запрыгивания на скамейку.	1		Т/к	

		Ловля мяча. Остановка мяча подошвой.				её осуществления - формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия с поставленной задачей и условиями её реализации - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества - овладевать базовыми предметными и межпредметными понятиями отражающие
11.	Уметь передавать мяч открытому игроку	Метание мяча на дальность. Передача мяча «щечкой». Подача мяча в игру с 2 м.	1		Т/к	
12.	Уметь контролировать мяч при ведении	Лазание по гимнастической стенке. Учебная игра. Ведение по прямой.	1		Т/к	связи и отношения между объектами и процессами - использовать двигательный опыт в массовых формах
13.	Уметь набивать мяч на ноге 2 и более	Лазание по	1		Т/к	

	раза	канату. Жонглирование. Эстафеты с предметами.				игровой деятельности  <b>Предметные УУД:</b> - овладевать умениями организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры в группе - овладевать умениями составлять утреннюю зарядку, режим дня - уметь организовывать и взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий - формировать навыки наблюдения за своим физическим состоянием в процессе игры, величиной нагрузки в беговых и прыжковых движениях
14.	Уметь бить по мячу после передачи	Кувьрки вперёд. Передача мяча. Удары по воротам с места.	1		Т/к	

					<ul style="list-style-type: none"> <li>- научить подбирать игры и уметь объяснять для организации поведения</li> <li>- уметь выделять, формулировать и подводить итоги игры</li> <li>- уметь высказывать свои мысли</li> <li>- владеть способами взаимодействия с окружающей средой</li> <li>- владеть правилами организации, техникой безопасности во время проведения игр.</li> </ul> <p><b>Познавательные универсальные учебные действия:</b></p> <p><b>Обще учебные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь</li> </ul>
--	--	--	--	--	--

						<p>конструировать знания</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделять и формулировать учебные цели</li> <li>- искать и выделять необходимые информации</li> <li>- анализировать пройденное.</li> <li>- сравнивать, сопоставлять и выделять главное.</li> </ul>
	<b>Баскетбол</b>	11				
15.	Уметь передавать мяч в парах на месте	Перекаты. Передача двумя сверху. Учебная игра. Стойка игрока.	1		Т/к	
16.	Уметь ловить мяч	Стойка на лопатках. «Перестрелка».	1		Т/к	

		Ловля мяча. Передвижение в стойке.			
17.	Уметь ловить мяч после отскока от пола	Акробатическая комбинация. Подача мяча в игру с 2 м. Ловля мяча в парах. Остановка в движении.	1		Т/к
18.	Применить полученные умения в учебной игре	Упражнения в висе. Передачи двумя руками снизу. Учебная игра.	1		Т/к
19.	Уметь вести мяч правой	Эстафеты с предметами. Передача мяча сзади над головой. Ведение правой.	1		Т/к
20.	Уметь бросать мяч в щит в указанные зоны	Упражнения в упоре. Броски с места. Ловля мяча.	1		Т/к
21.	Уметь передавать мяч в парах после	Передачи на	1		Т/к

	дриблинга на месте	месте. Учебная игра 2x2.				
22.	Уметь выполнять дриблинг в движении	Эстафеты с предметами. Ведение. «Выстрел в небо».	1		Т/к	
23.	Уметь выполнять бросок 2-мя руками снизу	Броски. Передача от груди. П/и «Охотники и утки».	1		Т/к	
24.	Уметь обводить соперника	Ловля двумя руками. Учебная игра 1x1. «Брось - поймай».	1		Т/к	
25.	Уметь передавать мяч как можно дальше	Эстафеты с предметами. Подача мяча в игру с 3 м. П/и «летает - не летает».	1		Т/к	
	<b>Волейбол</b>	9				
26.	Уметь подкидывать мяч максимально вверх	Разминка волейболиста. Подкидывание	1			

		мяча. Учебная игра.				
27.	Уметь выполнять 2 передачи и более над собой	Стойка игрока. Передачи двумя руками над собой. Учебная игра.	1		Т/к	
28.	Уметь ловить мяч после подачи	Передвижение в стойке. Перебрасывание мяча в парах. Ловля мяча в движении.	1		Т/к	
29.	Уметь выполнять передачу в одну сторону в парах	Передача мяча в парах и в стену.	1		Т/к	
30.	Уметь выполнять прямую нижнюю подачу	Ловля отскочившего мяча.	1		Т/к	
31.	Уметь выполнять прямую нижнюю подачу снизу через сетку	Прямая нижняя подача. Ловля мяча. П/и «Кто лучший».	1		Т/к	
32.	Уметь принимать мяч двумя руками снизу	Перебрасывание мяча в тройках. Учебная игра.	1		Т/к	
33.	Применять полученные умения в учебной игре	Учебная игра. Подвижные	1		Т/к	

		игры с мячом.				
--	--	---------------	--	--	--	--

### Календарно-тематическое планирование 2 года обучения

№ урока	Умения и навыки	Содержание учебного материала	Количество часов	Дата	Вид контроля	УУД
	<b>Футбол</b>		14			<b>Личностные УУД:</b> - развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувств других людей. - развитие самостоятельности и ответственности за личные поступки на основе представлений о нравственных нормах социальной справедливости - формирование уважительного
1	Уметь останавливать мяч 2-мя способами	ТБ. Остановка мяча «щечкой». Остановка мяча подъемом	1		Т/к	
2	Уметь передавать мяч подъемом.	Передача мяча подъемом. Бег с высокого старта 30, 40 м.	1		Т/к	
3	Уметь вести мяч 2-мя способами	Ведение змейкой. Ведение «челноком»	1		Т/к	
4	Уметь жонглировать правой и левой ногами	Жонглирование правой. Жонглирование левой. Бег с преодолением препятствий.	1		Т/к	
	Уметь выполнять удары после	Удары после	1		Т/к	

5	ведения и передачи	ведения. Удары после передачи				отношения к культуре других народов - развитие мотивов учебной деятельности - развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и выходить из спорных ситуация - формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни - уметь выражать свои мысли  <b>Метапредметные УУД:</b> - овладевать способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск её осуществления - формировать умения
6	Уметь использовать умения в учебной игре	Учебная игра. Челночный бег 3x10 м.	1		Т/к	
7	Уметь использовать умения в учебной игре	Учебная игра	1		Т/к	
8	Повторить передачу подъемом	Передача мяча подъемом. Прыжки через скакалку.	1		Т/к	
9	Повторить ведение 2-мя способами	Ведение змейкой. Ведение «челноком»	1		Т/к	
10	Повторить жонглирование 2-мя способами	Жонглирование правой. Жонглирование левой. Прыжки с места	1		Т/к	
11	Уметь бить после передачи и ведения.	Удары после ведения. Удары после передачи	1		Т/к	
12	Уметь применять технические действия в игре	Учебная игра. Прыжки в глубину.	1		Т/к	
13	Совершенствование координации	Эстафеты с предметами	1		Т/к	
14	Уметь играть по правилам	Учебная игра. Метание на	1		Т/к	

		дальность.				планировать,
	<b>Баскетбол</b>		11			контролировать и
15	Уметь работать в группе	Ловля мяча в тройках. Ловля мяча с забеганием	1		Т/к	оценивать учебные действия с поставленной задачей и условиями её реализации
16	Уметь выполнять различные передачи.	Передачи одной рукой, с отскоком. Метание на меткость. Остановка прыжком	1		Т/к	- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества
17	Уметь выполнять дриблинг без контроля	Ведение правой и левой. Ведение без контроля. П/и «мяч среднему»	1		Т/к	- овладевать базовыми предметными и межпредметными
18	Уметь выполнять бросок после технических действий	Броски после ведения. Броски с двух шагов. Бросок набивного мяча	1		Т/к	понятиями отражающие связи и отношения между объектами и процессами
19	Уметь играть по правилам	Учебная игра 3х3. Учебная игра 4х4. П/и «мяч соседу»	1		Т/к	- использовать двигательный опыт в массовых формах игровой деятельности
	Уметь ловить мяч, работая в группе	Ловля мяча в тройках. Ловля мяча с забеганием. Лазание по гимнастической	1		Т/к	<b>Предметные УУД:</b> - овладевать умениями организовывать и проводить

20		стенке.				самостоятельно подвижные игры в группе - овладевать умениями составлять утреннюю зарядку, режим дня - уметь организовывать и взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий - формировать навыки наблюдения за своим физическим состоянием в процессе игры, величиной нагрузки в беговых и прыжковых движениях - научить подбирать игры и уметь объяснять для организации поведения - уметь выделять, формулировать и подводить итоги игры - уметь высказывать свои мысли - владеть способами взаимодействия с
21	Уметь передавать различными способами	Передачи одной рукой. Передачи с отскоком	1		Т/к	
22	Уметь вести любой рукой	Ведение правой и левой. Ведение без контроля. Лазание по канату.	1		Т/к	
23	Уметь выполнять бросок после технических действий	Броски после ведения. Броски с двух шагов	1		Т/к	
24	Уметь играть по правилам	Учебная игра 3х3. Учебная игра 4х4. Кувьрки	1		Т/к	
25	Уметь играть по правилам	Учебная игра	1		Т/к	
	<b>Волейбол</b>		9		Т/к	
26	Уметь выполнять передачу над собой	Передача из-за головы. Передача двумя сверху. Стойка на лопатках.	1			
	Уметь выполнять подводящие упражнения для прямой нижней подачи	Ловля в движении. Ловля двумя руками. Подводящие упражнения для	1		Т/к	

27		прямой нижней подачи				<p>окружающей средой</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть правилами организации, техникой безопасности во время проведения игр.</li> </ul> <p><b>Познавательные универсальные учебные действия:</b></p> <p><b>Обще учебные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь конструировать знания</li> <li>- выделять и формулировать учебные цели</li> <li>- искать и выделять необходимые информации</li> <li>- анализировать пройденное.</li> <li>- сравнивать, сопоставлять и выделять главное.</li> </ul>
28	Уметь выполнять подачу с небольшого расстояния	Подача мяча в игру с 4 м. Подача мяча в игру с 5 м. Акробатическая комбинация	1		Т/к	
29	Уметь играть по правилам	Учебная игра. Подбрасывание мяча на заданную высоту	1		Т/к	
30	Уметь выполнять передачу сверху высоко	Передача из-за головы. Передача двумя сверху. Упражнения в висах	1		Т/к	
31	Уметь ловить мяч в движении	Ловля в движении. Ловля двумя руками. П/и «Волна»	1		Т/к	
32	Уметь выполнять подачу с различных расстояний	Подача мяча в игру с 4 м. Подача мяча в игру с 5 м. Упражнения в упорах	1		Т/к	
33	Уметь играть по правилам	Учебная игра. П/и «неудобный бросок»	1		Т/к	

34	Уметь играть по правилам	Учебная игра	1		Т/к	
----	--------------------------	--------------	---	--	-----	--

### Календарно-тематическое планирование 3 года обучения

№	Умения и навыки	Содержание учебного материала	Количество часов	Дата	Вид контроля	Коррекция
	<b>Футбол</b>		14			<p>Личностные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать чувство гордости за свой народ и историю России</li> <li>- развитие этических чувств, доброжелательной и эмоциональной отзывчивости понимания и сопереживания чувств других людей</li> <li>- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных</li> </ul>
1	Уметь останавливать мяч 2-мя способами	ТБ. Остановка мяча «щечкой». Остановка мяча подъемом	1		Т/к	
2	Уметь передавать мяч подъемом.	Передача мяча подъемом. Бег с ускорением 30, 40, 50 м.	1		Т/к	
3	Уметь вести мяч 2-мя способами	Ведение змейкой. Ведение «челноком». Удар по неподвижному мячу в горизонтальную цель	1		Т/к	
4	Уметь жонглировать правой и левой ногами	Жонглирование правой. Жонглирование левой. Бег с высокого старта	1		Т/к	

5	Уметь выполнять удары после ведения и передачи	Удары после ведения. Удары после передачи	1		Т/к	<p>нормах социальной справедливости</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование уважительного отношения к культуре других народов</li> <li>- развитие мотивов учебной деятельности</li> <li>- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и выходить из спорных ситуаций</li> <li>- формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни</li> <li>- уметь выражать свои мысли</li> </ul> <p><b>Метапредметные УУД:</b></p>
6	Уметь использовать умения в учебной игре	Учебная игра. Бег с преодолением препятствий	1		Т/к	
7	Уметь использовать умения в учебной игре	Учебная игра. Удары по вертикальной цели по неподвижному мячу	1		Т/к	
8	Повторить передачу подъемом	Передача мяча подъемом. Челночный бег 3х10 м.	1		Т/к	
9	Повторить ведение 2-мя способами	Ведение змейкой. Ведение «челноком». Ведение между предметами	1		Т/к	
10	Повторить жонглирование 2-мя способами	Жонглирование правой. Жонглирование левой. Опорные прыжки	1		Т/к	
11	Уметь выполнять удары в различных ситуациях	Удары после ведения. Удары после передачи	1		Т/к	
	Уметь играть по правилам	Учебная игра.	1		Т/к	

12		Прыжки через скакалку. П/и «передал и садись»				<p>- овладевать способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск её осуществления</p> <p>- формировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия с поставленной задачей и условиями её реализации</p> <p>- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества</p> <p>- овладевать базовыми предметными и межпредметными понятиями отражающие связи и</p>
13	Уметь выполнять удар головой	Эстафеты с предметами. П/и «передай мяч головой»	1		Т/к	
14	Уметь играть по правилам	Учебная игра. Прыжки с места	1		Т/к	
<b>Баскетбол</b>			11			
15	Уметь ловить мяч в группах	Ловля мяча в тройках. Ловля мяча с забеганием. Передвижение в стойке баскетболиста	1		Т/к	
16	Уметь выполнять разные виды передачи	Передачи одной рукой. Передачи с отскоком. Прыжки с разбега	1		Т/к	
17	Уметь вести обеими руками	Ведение правой и левой. Ведение без контроля. Остановка в 2 шага	1		Т/к	
18	Уметь выполнять бросок после различных технических действий	Броски после ведения. Броски с двух шагов. Прыжки в глубину	1		Т/к	

19	Уметь играть по правилам	Учебная игра 3х3. Учебная игра 4х4. Остановка прыжком	1		Т/к	отношения между объектами и процессами - использовать
20	Уметь ловить в группах	Ловля мяча в тройках. Ловля мяча с забеганием. Метание мяча на дальность	1		Т/к	двигательный опыт в массовых формах игровой деятельности <b>Предметные УУД:</b> - овладевать
21	Уметь выполнять различные передачи	Передачи одной рукой. Передачи с отскоком. Ловля и передача от груди	1		Т/к	умениями организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры в группе
22	Уметь выполнять ведение обеими руками	Ведение правой и левой. Ведение без контроля. Броски набивного мяча. Подтягивания	1		Т/к	- овладевать умениями составлять утреннюю зарядку, режим дня
23	Уметь выполнять броски после технических действий	Броски после ведения, с двух шагов, с отражением от стены	1		Т/к	- уметь организовывать и взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий
	Уметь играть по правилам	Учебная игра 3х3. Учебная игра 4х4. Переворот в упор. П/и «гонка мяча»	1		Т/к	- формировать навыки наблюдения за своим физический

24						<p>состоянием ы процессе игры, величиной нагрузки в беговых и прыжковых движениях</p> <p>- научить подбирать игры и уметь объяснять для организации поведения</p> <p>- уметь выделять, формулировать и подводить итоги игры</p> <p>- уметь высказывать свои мысли</p> <p>- владеть способами взаимодействия с окружающей средой</p> <p>- владеть правилами организации, техникой безопасности во время проведения игр.</p> <p><b>Познавательные универсальные</b></p>
25	Уметь играть по правилам	Учебная игра. Бросок одной рукой. П/и «попади в кольцо»	1		Т/к	
	<b>Волейбол</b>		9		Т/к	
26	Уметь выполнять различные передачи	Передача из за голова. Передача двумя сверху. Акробатическая комбинация.	1			
27	Уметь выполнять приём мяча 2 руками или снизу	Ловля в движении. Ловля двумя руками. Приём мяча 2 руками снизу	1		Т/к	
28	Уметь выполнять подачи с различных расстояний	Подача мяча в игру с 4 м. подача мяча в игру с5 м. Передача двумя рукам вперёд- вверх	1		Т/к	
29	Уметь выполнять прямую нижнюю подачу	Учебная игра. Упражнения с гантелями. Нижняя прямая подача	1		Т/к	
30	Уметь выполнять передачу 2 руками сверху	Передача из-за голова. Передача двумя сверху	1		Т/к	

31	Уметь выполнять ловлю в движении	Ловля в движении. Ловля двумя руками. П/и «круговая лапта»	1		Т/к	<b>учебные действия:</b> <b>Обще учебные:</b> - уметь конструировать знания - выделять и формулировать учебные цели - искать и выделять необходимые информации - анализировать пройденное. - сравнивать, сопоставлять и выделять главное.
32	Уметь выполнять подачу с различных расстояний	Подача мяча в игру с 4 м. Подача мяча в игру с 5 м	1		Т/к	
33	Уметь играть по правилам	Учебная игра	1		Т/к	
34	Уметь играть по правилам	Учебная игра	1		Т/к	

### Календарно-тематическое планирование 4 года обучения

№	Умения и навыки	Содержание учебного материала	Количество часов	Дата	Вид контроля	Коррекция
	<b>Футбол</b>		14			Личностные УУД: - формировать чувство гордости за свой народ и историю России - развитие этических чувств, доброжелательной и эмоциональной отзывчивости понимания и сопереживания чувств других людей - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах социальной
1	Уметь бегать с быстрой сменой направления.	ТБ. Техника передвижения: рывок в беге на дистанции 10-12 м. выпрыгнуть вверх, бег зигзагом	1		Т/к	
2	Уметь останавливать мяч подошвой	Остановка мяча подошвой. П/и «Морской бой», Двусторонняя игра.	1		Т/к	
3	Знать правила игры.	Эстафета с продвижением прыжками на одной и двух ногах. П/и «Морской бой», «Розыгрыш лишнего», «Минифутбол», двусторонняя игра.	1		Т/к	
	Уметь работать в парах, тройках.	Отработка остановки	1		Т/к	

4		мяча в парах, тройках. Эстафета с тремя мячами, старта				справедливости - формирование уважительного отношения к культуре других народов
5	Знать правила игры.	Бег приставными и скрестными шагами. 3-4 приставных шага в сторону, имитация ловли мяча, катящегося по земле, «Мяч в кругу», Двусторонняя игра.	1		Т/к	- развитие мотивов учебной деятельности - развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и выходить из спорных ситуаций
6	Совершенствовать удары по мячу.	Удары с места в парах, тройках. «Мастер кожаного мяча», «Попади в мишень»	1		Т/к	- формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
7	Уметь бить по мячу внутренней стороной стопы.	Отработка ударов в парах, тройках остановка внутренней стороной стопы.	1		Т/к	- уметь выражать свои мысли
8	Уметь бить по мячу внутренней стороной стопы.	Отработка ударов в парах, тройках остановка внутренней стороной стопы.	1		Т/к	<b>Метапредметные УУД:</b> - овладевать

9	Повторить ведение мяча.	Медленное ведение мяча по прямой одной ногой и обратно. П/и «Мастер кожаного мяча», двусторонняя игра.	1		Т/к	способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиск её осуществления - формировать
10	Уметь играть по правилам.	П/и «Попади в мишень», «Мастер кожаного мяча». Двусторонняя игра. Ведение мяча по прямой	1		Т/к	умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия с поставленной задачей и условиями её реализации
11	Уметь играть по правилам.	Три-четыре приставных шага в сторону с имитацией ловли, отбивая мяча; тоже в другую сторону. Ловля медленно катящегося мяча, двусторонняя игра.	1		Т/к	- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества - овладевать базовыми
12	Уметь играть по правилам	Эстафета с ведением мяча с разворотом на 360градусов. П/и «Приём мяча», «Мастер кожаного	1		Т/к	предметными и межпредметными понятиями отражающие связи и отношения между

		мяча», «В четверо ворот», двусторонняя игра.				объектами и процессами - использовать
13	Ознакомиться с техникой вратаря	Подбрасывание мяча над собой, в сторону и ловля его. Подбрасывает мяч двумя руками вверх и в прыжке ударяет по мячу рукой.				двигательный опыт в массовых формах игровой деятельности <b>Предметные УУД:</b> - овладевать умениями организовывать и
14	Ознакомиться с техникой вратаря	Бег с ускорением (после сигнала) после бега на месте, ускорение после полуприседа. П/и «Мини-футбол», «Розыгрыш лишнего», «Передачи по кругу», двусторонняя игра.	1		Т/к	проводить самостоятельно подвижные игры в группе - овладевать умениями составлять утреннюю зарядку, режим дня - уметь организовывать и взаимодействовать с
	<b>Баскетбол</b>		11			одноклассниками в
15	Совершенствовать ведение мяча	Т.Б. История возникновения баскетбола. Стойка игрока. Ведение мяча правой и левой	1		Т/к	процессе занятий - формировать навыки наблюдения за своим физический состоянием ы

		рукой.				процессе игры, величиной нагрузки в беговых и прыжковых движениях
16	Уметь выполнять разные виды передачи	Стойка игрока. Различные перемещения баскетболистов. Ведение мяча. Ловля и передача мяча в парах.	1		Т/к	- научить подбирать игры и уметь объяснять для организации поведения
17	Уметь вести обеими руками, бросать мяч одной рукой	Стойка игрока. Различные перемещения баскетболистов. Ведение мяча. Ловля и передача мяча в парах. Бросок мяча одной рукой от мяча с места. Учебная игра.	1		Т/к	- уметь выделять, формулировать и подводить итоги игры - уметь высказывать свои мысли - владеть способами взаимодействия с окружающей средой
18	Уметь выполнять бросок после ведения	Перемещение в стойке боком, спиной вперед. Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Ловля и передача мяча в парах в движении. Учебная игра.	1		Т/к	- владеть правилами организации, техникой безопасности во время проведения игр. <b>Познавательные универсальные учебные</b>

19	Совершенствовать технику баскетбола	Совершенствование техники передвижения и ведения , передач и бросков.	1		Т/к	<b>действия:</b> <b>Обще учебные:</b> - уметь конструировать знания - выделять и формулировать учебные цели - искать и выделять необходимые информации - анализировать пройденное. - сравнивать, сопоставлять и выделять главное.
20	Уметь играть по правилам	Правила соревнований, правила игры в баскетбол. Учебная игра.	1		Т/к	
21	Ознакомиться с принципом тактики	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без смены мест. Учебная игра.	1		Т/к	
22	Ознакомиться с принципом тактики	Тактика свободного нападения. Нападение через заслон. Учебная игра.	1		Т/к	
23	Закрепить технические приёмы	Совершенствование тактических и технических приемов в соревнованиях	1		Т/к	
	Уметь играть по правилам	Пробегание отрезков	1		Т/к	

24		40,60,100,200 м. кросс 1000 м. Учебная игра			
25	Уметь играть по правилам	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м. ускорение из различных исходных положений.	1		Т/к
	<b>Волейбол</b>		9		Т/к
26	Уметь подбрасывать мяч над собой	Т.Б. во время занятия спортивными играми. Пояснения к правилам игры в волейбол. ОФП - для развития ловкости, скоростно-силовых качеств. СФП – 1. Передачи мяча над собой, не выходя из круга радиусом 2 м. Высота передачи 2-3	1		

		<p>м. Сопровождать передачу кистями рук.</p> <p>2. Двукратное и многократное выполнение нижней передачи над собой;</p> <p>П./И «Передай мяч»</p>				
27	<p>Уметь выполнять передачу сверху и снизу с отскоком от стены</p>	<p>ОФП - для рук, ног, туловища, для развития ловкости, скоростно-силовых качеств. Общая выносливость.</p> <p>СФП – 1. Передача мяча сверху (снизу) над собой</p> <p>2. Передача мяча сверху (снизу) у стены</p> <p>3. В стойке для подачи одной рукой подбрасывают мяч, другой делают несильное ударное движение по мячу.</p> <p>П/И «Снайперы»</p>	1		Т/к	

28	Уметь выполнять различные передачи	ОФП - на все группы мышц. СФП - Стойка игрока, перемещение. 1. Бросок мяча о стену, поворот на 360градусов ,поймать мяч. 2. Передача мяча сверху над собой 3. Нижняя передача мяча над собой П/и «Пятнашки с мячом».	1		Т/к	
29	Разучить нападающий удар	ОРУ с мячами. СФП- Стойка игрока, перемещение. 1. Разбег с 1–2 шагов, нападающий удар по мячу в держателе или с поддержкой партнера: а) в пол; б) через сетку. Упражнения с набивными мячами	1		Т/к	

		(массой 1 кг.) П/и «Мяч капитану», «Точный расчет».				
30	Уметь выполнять передачу в парах	ОФП - на все группы мышц. СФП - 1. В парах упражнение на три счета. На счет «раз» надо подбросить мяч, на «два» – выполнить замах, на «три» - удар по мячу. Расстояние между игроками 6 м. - Передача мяча снизу( сверху) над собой в движении П/и: «Мяч капитану»	1		Т/к	
31	Уметь выполнять нижнюю подачу через сетку	ОРУ с мячами. СФП - 1. Упражнения с набивными мячами (массой 1 кг.) 2. подача на партнера с высокой и низкой траектории полета мяча.	1		Т/к	

		3. Подача мяча заданным способом на сторону соперника через сетку. П/и: «Борьба за мяч»				
32	Уметь выполнять верхнюю подачу через сетку	ОФП - на развитие быстроты, силы, ловкости. СФП - 1. Удар мяча о стену правой, левой рукой. 2. На расстоянии от сетки 4-5 м верхняя прямая подача 3. Передача мяча сверху (снизу) через сетку П/и «Перестрелки».	1		Т/к	
33	Уметь играть по правилам	ОФП- Для плечевого пояса, для рук и ног. Тестирование: 1) подтягивания, 2) прыжки через скакалку СФП - 1. Передача мяча снизу (сверху) у	1		Т/к	

		стены 2. На расстоянии от сетки 4-5 м верхняя прямая подача Учебная игра «Пионербол».				
34	Уметь играть по правилам	СФП – 1.В парах перебрасывание друг другу, двух мячей одновременно П/и «Пионербол» с элементами волейбола	1		Т/к	