




РЕСПУБЛИКА ДАГЕСТАН
МКУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ» ГО «г. КАСПИЙСК»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А. А. НАЗАРОВА»
РД, 368300, г.Каспийск, ул. Назарова, д. 3 .school2kasplyskrd@mail.ru т.5-18-77

СОГЛАСОВАНО:
заместитель директора

по УВР

 Джалалдинова Э. Ю.
« 30 » 08 2024 г.



УТВЕРЖДЕНО:

директор МБОУ «СОШ №2»

Казанбиев А.Р.

приказом

от « 30 » 08 2024 г. № 720/1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности по физической культуре
«Спортивные игры»
для учащихся 5-11 классов

Составитель:
Ферзалиева Н. Б.

Каспийск
2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА внеурочной деятельности "Спортивные игры"

Направление программы: спортивно-оздоровительное

Возраст детей: 12 – 14 лет

Срок реализации программы: 1 год обучения

Автор-составитель программы

Ферзалиева Н.Б

учитель физической культуры

МБОУ СОШ №2

II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно – правовая база:

1. Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012г. №273-ФЗ).
2. Письмо Министерства образования и науки РФ «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»
3. Федеральный государственный стандарт общего образования (основное общее образование).
4. Авторская программа В.И.Ляха «Физическая культура» 5-9 классы – М.: «Просвещение», 2012 год.

5. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

6. ФГОС ООО, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897.

7. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 5 – 9 классы М. «Просвещение», 2010. (Стандарты второго поколения).

8. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).

9. Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.

10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 (в редакции от 29.06.2011) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно - эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

11. Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

12. Приказ Минобрнауки России от 04.10.2010 №986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и учебных помещений».

13. Годового календарного графика МБОУ Ферзалиева Н.Б

Данная программа «Спортивные игры» для 6-9 классов разработана на основе авторской программы В.И. Ляха «Физическая культура» 5-9 классы – М.: «Просвещение», 2012 г., соответствует федеральным государственным образовательным стандартам 2009 года.

Направление программы – спортивно-оздоровительное.

Вид программы: модифицированная.

Актуальность и перспективность курса

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных

навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих учеников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Количество часов распределено следующим образом:

№	Разделы	Кол-во часов			
		6кл	7кл	8кл	9кл
1	Футбол	8	8	8	8
2	Баскетбол	8	8	8	8
4	Волейбол	10	10	10	9
	Итого:	35	35	35	35

Цель программы: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи программы:

Образовательные

1. Обучить новым двигательным действиям для использования их в прикладных целях.
2. Обучить основным приемам техники и тактики спортивных игр.
3. Сформировать устойчивый интерес к занятиям спортом.
4. Формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.
5. Вооружить знаниями по истории развития некоторых видов спорта и правилам игры.
6. Содействовать укреплению здоровья учащихся.

Развивающие

1. Развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость, гибкость, выносливость.
2. Развивать двигательные способности детей посредством подвижных игр и занятий спортом.
3. Развивать логическое мышление, способность рассчитывать, прогнозировать и предугадывать ситуацию.
4. Развивать этические и эстетические вкусы.

Воспитательные

1. Воспитывать у детей устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.
2. Воспитывать сильные черты личности, таких как воля к победе, решительность, стойкость, выносливость, выдержка, терпение, находчивость, трудолюбие, а также коллективизм, коммуникабельность, взаимовыручка.

Возрастная группа обучающихся, на которую ориентированы занятия

Программа ориентирована на обучающихся 6 – 9 классов (12 – 14 лет) и составлена с учетом возможностей учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Программа состоит из разделов. В каждом разделе даны темы занятий,

определено содержание практических работ и упражнений, а также перечислены основные требования к знаниям и умениям учащихся. Большинство разделов программы изучается с 5 по 9 классы. Учитель, соблюдая принципы систематичности и последовательности в обучении, при сообщении нового материала использует опыт учащихся как базу для расширения их знаний, совершенствования имеющихся у них умений и навыков и формирования новых.

Набор в группу свободный.

Объем часов, отпущенных на занятия и сроки реализации программы

6-8 классы - 35 ч., 9 класс – 33 ч. (1 час в неделю), что соответствует количеству рабочих недель учебного плана для 6-9 классов.

Периодичность занятий:

Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество часов в год	
			6-8 классы	9 класс
Занятия проводятся во второй половине дня. Время занятий – 35-45 минут	1 раз в неделю	1 час в неделю	35 часа в год	33 часа в год

Формы и методы работы:

Для реализации программы используются несколько форм занятий:

Вводное занятие	Педагог знакомит обучающихся с техникой безопасности, особенностями организации обучения и предлагаемой программой работы на текущий год. На этом занятии желательно присутствие родителей обучающихся (особенно 1-го года обучения).
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению

контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

Режим занятий

Занятия учебной группы проводятся один раз в неделю:

Все занятия по кружковой деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 40 минут. Реализация данной программы в рамках кружковой деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

В каждом занятии прослеживаются две части:

теоретическая;

практическая.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников распределяются по трём уровням.

1-й уровень - школьник знает и понимает общественную жизнь.

2-й уровень – школьник ценит общественную жизнь.

3-й уровень – школьник самостоятельно действует в общественной жизни.

Содержание	Способ достижения	Формы деятельности
Первый уровень результатов		
Приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни	Достигается во взаимодействии с учителем как значимым носителем положительного социального знания и повседневного опыта	Беседа, лекция, учебные занятия
Второй уровень результатов		

целью

Получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальным реальностям в целом	Достигается во взаимодействии школьников между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной социальной среде, где он подтверждает практически приобретенные социальные знания, начинает их ценить (или отвергать)	учебно-тренировочные занятия, соревнования, походы
Третий уровень результатов		
Получение школьником опыта самостоятельного общественного действия в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, где не обязательно положительный настрой	Достигается во взаимодействии школьника с социальными субъектами, в открытой общественной среде	Акции, социальные проекты, кустовые и районные соревнования

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей:

Участие в школьных, кустовых, районных и областных соревнованиях, олимпиадах, марафонах (командное и индивидуальное первенство).

Участие в предметных неделях.

Создание портфолио каждого обучающегося.

Формами проведения контрольно-зачетных занятий являются:

1. зачеты по теоретическим основам знаний;

диагностика уровня воспитанности;

мониторинг личностного развития воспитанников;

социометрические исследования;

диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей;

тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков;

анкетирование;

участие в соревнованиях.

1

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Реализация программы «Спортивная мозаика» способствует формированию познавательных, личностных, регулятивных, коммуникативных универсальных учебных действий обучающихся и 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.

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

Регулятивные УУД:

Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.

Проговаривать последовательность действий.

Работать по предложенному учителем плану.

Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать эмоциональную оценку** деятельности на занятии.

2. Познавательные УУД:

Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы.

Получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальным реальностям в целом	Достигается во взаимодействии школьников между собой на уровне класса, школы, т.е. в защищенной, дружественной социальной среде, где он подтверждает практически приобретенные социальные знания, начинает их ценить (или отвергать)	учебно-тренировочные занятия, соревнования, походы
Третий уровень результатов		
Получение школьником опыта самостоятельного общественного действия в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, где не обязательно положительный настрой	Достигается во взаимодействии школьника с социальными субъектами, в открытой общественной среде	Акции, социальные проекты, кустовые и районные соревнования

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей:

Участие в школьных, кустовых, районных и областных соревнованиях, олимпиадах, марафонах (командное и индивидуальное первенство).

Участие в предметных неделях.

Создание портфолио каждого обучающегося.

Формами проведения контрольно-зачетных занятий являются:

1. зачеты по теоретическим основам знаний;

диагностика уровня воспитанности;

мониторинг личностного развития воспитанников;

социометрические исследования;

диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей;

тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков;

анкетирование;

участие в соревнованиях.

способность к самооценке на основе критериев успешности учебной и физической деятельности посредством определения уровня развития физических качеств;

внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к занятиям физкультурой, к школе;

уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям через командные упражнения и подвижные игры;

представления о физической красоте человека через знакомство с физкультурно-оздоровительной деятельностью;

эстетические идеалы, чувство прекрасного через знакомство с эстетическими видами спорта;

умение видеть красоту, используя методы определения качества техники выполнения движений;

знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение в игровых видах спортивной деятельности;

установка на здоровый образ жизни.

Обучающийся получит возможность для формирования:

понимания значения физической культуры, в жизни человека;

первоначальной ориентации на оценку результатов собственной физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;

представления о рациональной организации режима дня, самостоятельных физкультурных занятий;

представления об организации мест для занятий физическими упражнениями и использовании приемов самостраховки;

выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации к занятиям физической культурой;

адекватного понимания причин успешного или неуспешного развития физических качеств и освоения учебного материала;

устойчивого следования моральным нормам и этическим требованиям в поведении учащихся в игровой и соревновательной деятельности;

осознания элементов здоровья, готовности следовать в своих действиях и поступках нормам здоровьесберегающего поведения.

осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные цифровые ресурсы), в открытом информационном пространстве, в т.ч. контролируемом пространстве Интернета;

использовать знаково-символические средства, в т.ч. модели и схемы для составления и записи общеразвивающих упражнений и комплексов зарядки;

осуществлять запись о состоянии своего здоровья и самочувствия до и после выполнения физических упражнений;

строить сообщения в устной и письменной форме, используя правила записи и терминологию общеразвивающих упражнений;

читать простое схематическое изображение упражнения и различать условные обозначения;

Обучающийся получит возможность научиться:

осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;

осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, используя терминологию, правила записи и названия общеразвивающих упражнений;

осуществлять выбор наиболее эффективных способов подбора упражнений в зависимости от конкретных условий;

самостоятельно достраивать и восполнять недостающие компоненты при составлении комплексов ОРУ и акробатических упражнений;

произвольно и осознанно владеть общими приемами для решения задач в процессе подвижных игр;

анализировать технику игры или выполнения упражнений, строя логичные рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей;

выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия ее реализации;

оценивать правильность выполнения движений и упражнений спортивнооздоровительной деятельности на уровне оценки соответствия их техническим требованиям и правилам безопасности;

адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;

проводить самоанализ выполненных упражнений на основе знаний техники упражнения;

вносить необходимые коррективы в действия, учитывая характер сделанных ошибок;

различать способ и результат собственных и коллективных действий.

Обучающийся получит возможность научиться:

в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;

оценивать технику выполнения упражнения одноклассника, проводить анализ действий игроков во время игры;

самостоятельно осваивать новые упражнения по схеме, данной учителем;

проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве в качестве помощника учителя при организации коллективных действий;

осуществлять контроль физического развития, используя тесты для определения уровня развития физических качеств;

проводить самоанализ выполняемых упражнений и по ходу действий вносить необходимые коррективы, учитывая характер сделанных ошибок.

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

Обучающийся научится:

адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;

использовать речь для регуляции своего действия и действий партнера;

допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в т.ч. отличной от его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

разрабатывать единую тактику в игровых действиях, учитывая мнения партнеров по команде;

отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;

договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой и спортивной деятельности, уважая соперника;

контролировать свои действия в коллективной работе;

во время подвижных и спортивных игр строить тактические действия, взаимодействуя с партнером и учитывая его реакцию на игру;

следить за действиями других участников в процессе групповой или игровой деятельности;

контролировать действия партнера во время выполнения групповых упражнений и упражнений в парах;

соблюдать правила взаимодействия с игроками;

задавать вопросы для уточнения техники упражнений или правил игры.

Обучающийся получит возможность научиться:

учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях;

при столкновении интересов уметь обосновывать собственную позицию, учитывать разные мнения;

аргументировать свою позицию и согласовывать ее с позициями партнеров по команде при выработке общей тактики игры;

продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций партнеров и соперников;

последовательно, точно и полно передавать партнеру необходимую информацию для выполнения дальнейших действий;

задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности выполнения упражнений с партнером;

осуществлять взаимный контроль и взаимопомощь при выполнении групповых или парных упражнений, а также осуществлять страховку при выполнении акробатических элементов;

адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Воспитательные

ПЕРВЫЙ УРОВЕНЬ приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни	ВТОРОЙ УРОВЕНЬ формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом	ТРЕТИЙ УРОВЕНЬ приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия
* приобретение общих знаний о культуре поведения, преодоление дисгармонии с окружающим миром и в самом себе, усвоение представлений об организации собственной творческой, культурной, и духовной жизни в различных сферах и ситуациях; * осознание общепринятых ценностей и оценка своих способностей и потребностей	* перенятие опыта переживания, преодоление негативных приобретенных черт личности (застенчивость, неуверенность, грубость, боязнь ошибки, замкнутость, неверие в свои силы); * получение возможности стать полноправным участником общекультурной жизни взрослых; * попытка осознать параметры требований и содержания культуры	* получение опыта самостоятельного действия; * овладение потенциалом межличностного взаимодействия в разных сферах культурной и общественной жизни; * приобретение умений представить собственные проекты сверстникам, родителям, учителям

информ.

	школьного и человеческого сообщества	
<p>Приобретение школьником знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены тела и психогигиены, о технике безопасности на занятиях и правилах бесконфликтного поведения; о принятых в обществе нормах отношения к природе, окружающим людям; об ответственности за поступки, слова и мысли, за свое физическое и душевное здоровье; о неразрывной связи внутреннего мира человека и его внешнего окружения.</p>	<p>Развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе: животным, растениям, деревьям, воде и т.д.</p>	<p>Приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших, опыта самообслуживания, самооздоровления и самосовершенствования, опыта самоорганизации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими и принятия на себя ответственности за здоровье и благополучие других.</p>

Содержание программы

№	Разделы	Кол-во часов			
		6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
1	Футбол	8	8	8	8
2	Баскетбол	8	8	8	8
4	Волейбол	10	10	10	9
	Итого:	35	35	35	35

V. Тематическое планирование

№	Тема	Основное содержание занятия	Кол-во часов	дата	
				план	факт
Баскетбол			11		
1	Стойки и перемещения баскетболиста	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с	1		
2	Остановки:		1		
3					

100

	«Прыжком»	мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	1		
4	«В два шага»		1		
5	Передачи мяча	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).	1		
6	Ловля мяча		1		
7	Ведение мяча	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.	1		
8	Броски в кольцо	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра.	1		
9	Подвижные игры	Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.). Приложение №4.	1		
10			1		
11			1		

Волейбол			11		
12	Перемещения	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение).	1		
13	Передача	Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.	1		
14	Нижняя прямая подача с середины площадки	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки	1		
15	Прием мяча	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи.	1		
16	Подвижные игры и эстафеты	Подвижные игры, эстафеты. Приложение №4.	1		
17			1		
18			1		
19			1		
20			1		
21			1		
22			1		
Футбол			12		

23	Стойки и перемещения	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).	1		
24	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, с места, с одного-двух шагов. Вбрасывание из-за «боковой» линии.	1		
25	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу		1		
25	Передачи мяча	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Передачи мяча в парах Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка. Игры и игровые задания.	1		
27	Подвижные игры	Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота». Приложение №4.	1		
28			1		
29			1		
30			1		
31			1		
32			1		

33			1		
34			1		
35			1		
	Физическая подготовка в процессе занятий				
	Итого		35		