

УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 42»  
(МБОУ «СШ № 42»)

РАССМОТРЕНО

МО дополнительного  
образования

 Шрамко Н.В.

Протокол № 1 от  
29.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ВР

 Камалова Н.В.

Протокол № 1 от  
30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "СШ № 42"

 Кизилова И.Г.

Приказ от 31.08.2024 г.  
№ 02-03-176

**Дополнительная образовательная общеразвивающая программа  
«Спортивные игры»**

**Уровень сложности: базовый**

**Направленность: физкультурно-спортивная**

**Срок реализации: 3 года**

Разработчики программы:

учителя физической культуры Воронкин  
Ю.В., Пашинов Е. Ш., Копаева Е. В.

г. Норильск, 2024

Рабочая программа разработана к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности продвинутого уровня «Спортивные игры».

Освоение программного материала способствует повышению двигательной активности школьников, воспитанию культуры игрового общения и здорового образа жизни.

#### **Адресат программы**

Программа рассчитана на учащихся 11-15 лет. Заниматься могут все желающие, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям. Содержание программы не требует от учащихся дополнительных знаний.

#### **Срок реализации программы и объем учебных часов**

Программа рассчитана на 5 лет обучения.

Объем программы: 170 часов.

1 год обучения – 34 часа.

2 год обучения – 34 часа.

3 год обучения – 34 часа.

4 год обучения – 34 часа.

5 год обучения – 34 часа.

**Форма обучения:** очная

#### **Режим занятий:**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу (время занятий 45 мин. учебного времени).

**Цель программы:** привлечение школьников к систематическим занятиям спортом и содействие укреплению здоровья детей и подростков посредством овладения навыками спортивных игр.

#### **Задачи:**

##### **Образовательные**

- обучение технике и тактике спортивных игр;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям;
- подготовка к выполнению комплекса ГТО.

##### **Развивающие:**

- укрепление здоровья, закаливание организма;
- содействие правильному физическому развитию;
- развитие спортивных навыков, познавательных интересов;
- привитие гигиенических навыков и умений.

##### **Воспитательные:**

- воспитание привычки к систематическим самостоятельным занятиям физической культурой и спортом;
- выработки воли и характера, формирование навыков здорового образа жизни;
- воспитание чувства товарищества, коллективного взаимодействия и сотрудничества.

#### **Планируемые результаты освоения программы**

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

*Личностные результаты* отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;

- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;

- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

*Метапредметные результаты:*

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;

- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;

- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

*Предметные результаты:* Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы «Спортивные игры» обучающиеся:

**должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

- способы сохранения и укрепления здоровья;

- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**должны уметь:**

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

- заботиться о своем здоровье;

- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;

В ходе реализации программы «Спортивные игры» обучающиеся:

**смогут получить знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;

- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;

- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;

- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;

- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;

- жесты судьи спортивных игр;

- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

**могут научиться:**

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;

- выполнять технические приёмы и тактические действия;

- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;

- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;

- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

*Основной показатель реализации программы «Спортивные игры»* - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, теоретической подготовки (по истечении учебного года), результаты участия в соревнованиях.

## **Содержание учебного плана 2 года обучения.**

### **1. Мини-футбол (10 часов)**

#### **1.1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

*Теория (1 час).* Инструктаж по ТБ. Знакомство с историей и развитием футбола и мини-футбола в России. Отличие мини-футбола от футзала и футбола. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Профилактика травматизма в спорте.

#### **1.2. Правила игры. Организация и проведение соревнований по мини-футболу.**

*Теория (1 час).* Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

#### **1.3. Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.**

*Практика (1 час):* Иметь понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, и физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов.

#### **1.4. Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.**

*Практика (1 час):* Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Разбор основных ошибок при выполнении упражнений.

#### **1.5. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.**

*Практика (1 час):* Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы.

#### **1.6. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.**

*Практика (2 часа):* Разучивание прямого и резаного удара по мячу. Точность удара. Разбор траектории полёта мяча после удара. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.

#### **1.7. Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.**

*Практика (1 час):* Показ отдельных упражнений. Отработка ударов в игровой ситуации. Умение взаимодействовать с двумя или более игроков. Умение точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар.

#### **1.8. Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.**

*Практика (1 час):* Отработка ведения мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом. Разбор ошибок при ударе мяча по воротам.

#### **1.9. Форма контроля: Учебная игра Футбол.**

*Практика (1 час):* Уметь правильно применять изученные тактические приемы в мини-футболе.

### **2. Волейбол (12 часов)**

**2.1. Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения игры волейбол.**

*Теория (1 час):* Знакомство с оборудованием и инвентарем для занятий в спортивном зале, знакомство с историей волейбола и его этапы развития в современном спорте, гигиенических требованиях при занятиях физической культурой и спортом.

**2.2. Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу.**

*Теория (1 час):* Правильная подготовка площадки к соревнованиям и судейского столика, требование к спортсменам и их форме, подготовка протоколов и инвентаря.

**2.3. Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.**

*Практика (1 час):* Разучивание основных стоек, для чего они нужны и правильное использование в игровой ситуации. Правильная постановка рук при ударе мяча.

**2.4. Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.**

*Практика (1 час):* Разбор основных ошибок при постановке рук при передаче мяча, освоение и.п при передачах и перемещений на площадке.

**2.5. Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча).**

*Практика (1 час):* Отработка передач мяча различными способами, разбор ошибок постановки и.п рук и ног. Эстафеты для улучшения координационных способностей.

**2.6. Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра в пионербол.**

*Практика (1 час):* Отработка точечных ударов в цель, правильное использование передач в игровой ситуации парах и в тройке. Игра пионербол по упрощённым правилам, разбор основных ошибок при передачах в игровой ситуации.

**2.7. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «охотники и утки».**

*Практика (1 час):* Разучивание «нового» отбивания мяча, можно ли его использовать в игре? Подвижная игра на улучшение координации движений, сплочения команды, умение договариваться в конфликтных ситуациях.

**2.8. Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощённым правилам.**

*Практика (1 час):* Отработка подачи мяча, разбор основных ошибок, точечная передача по зонам. Что такое тактика? Разработка тактических действий в игровой ситуации.

**2.9. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием.**

*Практика (1 час):* Отработка приемов мяча различными способами, правильная постановка тела, рук и ног при приемах. Игра по упрощённым правилам для отработки подач и приемов в игре.

**2.10. Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи. Пионербол с элементами волейбола.**

*Практика (1 час):* Отработка упражнений в парах через сетку, в движении и на месте. Игра пионербол по упрощённым правилам, разбор основных ошибок в игровой ситуации.

**2.11. Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола. Учебная игра по упрощённым правилам.**

*Практика (1 час):* Отработка передач группами с помощью игр, волейбол по упрощённым правилам, изучение правильной жестикуляции судей.

**2.12. Форма контроля: Учебная игра волейбол.**

*Практика (1 час):* Отработка тактики и всех приемов в игровой ситуации в волейбол.

## **2. Баскетбол (12 часов)**

### **3.1. Инструктаж по ТБ на занятиях баскетбола. История возникновения игры в баскетбол.**

*Теория (1 час):* Инструктаж по ТБ. Знакомство с историей зарождения баскетбола. Развития баскетбола в мире и нашей стране. Достижения баскетболистов России на мировой арене. Эволюция правил баскетбола с момента зарождения и до наших дней.

### **3.2. Правила игры. Организация и проведение соревнований по баскетболу.**

*Теория (1 час):* Изучение правил игры в мини-баскетбол. Обучение первоначальному знанию баскетбольной терминологии. Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

### **3.3. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.**

*Практика (1 час):* Изучение правильной техникой ведения мяча с изменением высоты отскока так же правой и левой рукой поочередно на месте.

### **3.4. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча с изменением скорости.**

*Практика (1 час):* Отработка ведения мяча в парах, по зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью до 30 м (с постоянным изменением длины отрезков из исходных положений).

### **3.5. Стойки баскетболиста и техника передвижений.**

*Практика (1 час):* Разучивание сочетание выполнения различных способов передвижения с выполнением технических приемов нападения в условиях, приближенным к игровым (рывки, остановки, прыжки).

### **3.6. Остановка прыжком, остановка двумя шагами, повороты вперед, повороты назад.**

*Практика (1 час):* Анализ остановок баскетболистов, где и когда они применяются, основные ошибки их выполнения.

### **3.7. Передача мяча одной и двумя руками от груди на места, двумя руками сверху на места.**

*Практика (1 час):* Изучение правильной передачи мяча из правильной стойки, держа мяч двумя руками на уровне груди, анализ основных ошибок при передачах.

### **3.8. Передача мяча одной и двумя руками от груди в движении, с отскоком от пола на месте.**

*Практика (1 час):* Изучение правильной передачи мяча из правильной стойки, держа мяч двумя руками на уровне груди, анализ основных ошибок при передачах.

### **3.9. Ловля мяча двумя руками на месте.**

*Практика (1 час):* Поэтапный разбор правильной техники ловли мяча на месте и в движении.

### **3.10. Ловля мяча двумя руками в движении, с отскоком от пола на месте, с отскоком от пола в движении.**

*Практика (1 час):* Поэтапный разбор правильной техники ловли мяча на месте и в движении.

### **3.11. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, одной рукой от плеча.**

*Практика (1 час):* Разучивание правильной постановки и.п. рук, ног, туловища. Отработка правильного броски с места и в движении, основные ошибки при выполнении броска. Работа в парах, от щита, от стенки.

### **3.12. Форма контроля: Учебная игра баскетбол.**

*Практика (1 час):* Уметь правильно применять изученные тактические приемы в мини-футболе.

**Календарно-тематическое планирование  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»  
6А класс, 2-й год обучения**

№	Наименование разделов	Кол-во часов	Дата		Форма контроля	Примечание
			План	Факт		
1. Футбол – 9 часов						
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	06.09			
1.2.	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	13.09			
1.3.	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	20.09			
1.4.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	27.09			
1.5.	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	04.10			
1.6.	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	11.04			
1.7.	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	18.04			
1.8.	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	25.10			
1.9.	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1	08.11			
2. Волейбол – 14 часов						
2.1	Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения игры волейбол.	1	15.11			
2.2	Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу	1	22.11			
2.3	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.	1	29.11			
2.4	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.	1	06.12			
2.5	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с	1	13.12			

	элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча)					
2.6	Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра в волейбол.	1	20.12			
2.7	Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «охотники и утки»	1	27.12			
2.8	Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощенным правилам	1	10.01			
2.9	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием	1	17.01			
2.10	Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Волейбол по упрощенным правилам.	1	24.01			
2.11	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи. Волейбол по упрощенным правилам.	1	31.01			
2.12	Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола. Учебная игра по упрощенным правилам	1	07.02			
2.13	Учебная игра в волейбол.	1	14.02			
2.14	Учебная игра волейбол по упрощенным правилам.	1	21.02			
3. Баскетбол – 12 часов						
3.1.	История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Правила ТБ.	1	28.02			
3.2.	Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1	07.03			
3.3.	Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1	21.03			
3.4.	Баскетбол. Освоение ловли и передачи мяча.	1	28.03			
3.5.	Баскетбол. Освоение ловли и	1	04.04			



	передачи мяча.					
3.6.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	11.04			
3.7.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	18.04			
3.8.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	25.04			
3.9.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	02.05			
3.10.	Баскетбол. Овладение техникой бросков мяча.	1	09.05			
3.11.	Баскетбол. Овладение техникой бросков мяча.	1	16.05			
3.12.	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	1	23.05			

**Календарно-тематическое планирование  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»  
6Б класс 2-й год обучения**

№	Наименование разделов	Кол-во часов	Дата		Форма контроля	Примечание
			План	Факт		
4.	Футбол – 9 часов					
1.10.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	03.09			
1.11.	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	10.09			
1.12.	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	17.09			
1.13.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	24.09			
1.14.	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	01.10			
1.15.	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	08.10			
1.16.	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	15.10			
1.17.	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	22.10			
1.18.	Отработка паса щечкой в	1	29.10			

	парах. Футбол.					
5. Волейбол – 13 часов						
2.15	Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения игры волейбол.	1	12.11			
2.16	Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу	1	19.11			
2.17	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.	1	26.11			
2.18	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.	1	03.12			
2.19	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча)	1	10.12			
2.20	Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра в волейбол.	1	17.12			
2.21	Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «охотники и утки»	1	24.12			
2.22	Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощенным правилам	1	14.01			
2.23	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием	1	21.01			
2.24	Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи.	1	28.01			
2.25	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи. Волейбол по упрощенным правилам.	1	04.02			
2.26	Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола Учебная игра по упрощенным правилам	1	11.02			
2.27	Учебная игра волейбол по	1	18.02			

	упрощенным правилам					
6. Баскетбол – 13 часов						
3.13.	История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Правила ТБ.	1	25.02			
3.14.	Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1	04.03			
3.15.	Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1	11.03			
3.16.	Баскетбол. Освоение ловли и передачи мяча.	1	18.03			
3.17.	Баскетбол. Освоение ловли и передачи мяча.	1	25.03			
3.18.	Баскетбол. Освоение ловли и передачи мяча.	1	01.04			
3.19.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	08.04			
3.20.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	15.04			
3.21.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	22.04			
3.22.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	29.04			
3.23.	Баскетбол. Овладение техникой бросков мяча.	1	06.05			
3.24.	Баскетбол. Овладение техникой бросков мяча.	1	13.05			
3.25.	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	1	20.05			

### Содержание учебного плана 3 года обучения.

#### 1. Мини-футбол (10 часов)

##### 1.1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

*Теория (1 час).* Инструктаж по ТБ. Знакомство с историей и развитием футбола и мини-футбола в России. Отличие мини-футбола от футзала и футбола. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Профилактика травматизма в спорте.

##### 1.2. Правила игры. Организация и проведение соревнований по мини-футболу.

*Теория (1 час).* Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

##### 1.3. Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.

*Практика (1 час):* Иметь понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, и физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов.

**1.4. Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.**

*Практика (1 час):* Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Разбор основных ошибок при выполнении упражнений.

**1.5. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.**

*Практика (1 час):* Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы.

**1.6. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.**

*Практика (2 часа):* Разучивание прямого и резаного удара по мячу. Точность удара. Разбор траектории полёта мяча после удара. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.

**1.7. Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.**

*Практика (1 час):* Показ отдельных упражнений. Отработка ударов в игровой ситуации. Умение взаимодействовать с двумя или более игроков. Умение точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар.

**1.8. Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.**

*Практика (1 час):* Отработка ведения мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом. Разбор ошибок при ударе мяча по воротам.

**1.9. Форма контроля: Учебная игра Футбол.**

*Практика (1 час):* Уметь правильно применять изученные тактические приемы в мини-футболе.

**2. Волейбол (12 часов)**

**2.1. Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения игры волейбол.**

*Теория (1 час):* Знакомство с оборудованием и инвентарем для занятий в спортивном зале, знакомство с историей волейбола и его этапы развития в современном спорте, гигиенических требованиях при занятиях физической культурой и спортом.

**2.2. Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу.**

*Теория (1 час)* Правильная подготовка площадки к соревнованиям и судейского столика, требование к спортсменам и их форме, подготовка протоколов и инвентаря.

**2.3. Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.**

*Практика (1 час):* Разучивание основных стоек, для чего они нужны и правильное использование в игровой ситуации. Правильная постановка рук при ударе мяча.

**2.4. Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.**

*Практика (1 час):* Разбор основных ошибок при постановке рук при передаче мяча, освоение и.п при передачах и перемещений на площадке.

**2.5. Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча).**

*Практика (1 час):* Отработка передач мяча различными способами, разбор ошибок постановки и.п рук и ног. Эстафеты для улучшения координационных способностей.

**2.6. Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра в пионербол.**

*Практика (1 час):* Отработка точечных ударов в цель, правильное использование передач в игровой ситуации парах и в тройке. Игра пионербол по упрощённым правилам, разбор основных ошибок при передачах в игровой ситуации.

**2.7. Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «охотники и утки».**

*Практика (1 час):* Разучивание «нового» отбивания мяча, можно ли его использовать в игре? Подвижная игра на улучшение координации движений, сплочения команды, умение договариваться в конфликтных ситуациях.

**2.8. Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощенным правилам.**

*Практика (1 час):* Отработка подачи мяча, разбор основных ошибок, точечная передача по зонам. Что такое тактика? Разработка тактических действий в игровой ситуации.

**2.9. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием.**

*Практика (1 час):* Отработка приемов мяча различными способами, правильная постановка тела, рук и ног при приемах. Игра по упрощенным правилам для отработки подач и приемов в игре.

**2.10. Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи. Пионербол с элементами волейбола.**

*Практика (1 час):* Отработка упражнений в парах через сетку, в движении и на месте. Игра пионербол по упрощенным правилам, разбор основных ошибок в игровой ситуации.

**2.11. Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола. Учебная игра по упрощенным правилам.**

*Практика (1 час):* Отработка передач группами с помощью игр, волейбол по упрощенным правилам, изучение правильной жестикуляции судей.

**2.12. Форма контроля: Учебная игра волейбол.**

*Практика (1 час):* Отработка тактики и всех приемов в игровой ситуации в волейбол.

**3. Баскетбол (12 часов)**

**3.1 Инструктаж по ТБ на занятиях баскетбола. История возникновения игры в баскетбол.**

*Теория (1 час):* Инструктаж по ТБ. Знакомство с историей зарождения баскетбола. Развития баскетбола в мире и нашей стране. Достижения баскетболистов России на мировой арене. Эволюция правил баскетбола с момента зарождения и до наших дней.

**3.2. Правила игры. Организация и проведение соревнований по баскетболу.**

*Теория (1 час):* Изучение правил игры в мини-баскетбол. Обучение первоначальному знанию баскетбольной терминологии. Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

**3.3. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.**

*Практика (1 час):* Изучение правильной техникой ведения мяча с изменением высоты отскока так же правой и левой рукой поочередно на месте.

**3.4. Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча с изменением скорости.**

*Практика (1 час):* Отработка ведения мяча в парах, по зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью до 30 м (с постоянным изменением длины отрезков из исходных положений).

**3.5. Стойки баскетболиста и техника передвижений.**

*Практика (1 час):* Разучивание сочетание выполнения различных способов передвижения с выполнением технических приемов нападения в условиях, приближенным к игровым (рывки, остановки, прыжки).

**3.6. Остановка прыжком, остановка двумя шагами, повороты вперед, повороты назад.**

*Практика (1 час):* Анализ остановок баскетболистов, где и когда они применяются, основные ошибки их выполнения.

**3.7. Передача мяча одной и двумя руками от груди на места, двумя руками сверху на места.**

*Практика (1 час):* Изучение правильной передачи мяча из правильной стойки, держа мяч двумя руками на уровне груди, анализ основных ошибок при передачах.

**3.8. Передача мяча одной и двумя руками от груди в движении, с отскоком от пола на месте.**

*Практика (1 час):* Изучение правильной передачи мяча из правильной стойки, держа мяч двумя руками на уровне груди, анализ основных ошибок при передачах.

**3.9. Ловля мяча двумя руками на месте.**

*Практика (1 час):* Поэтапный разбор правильной техники ловли мяча на месте и в движении.

**3.10. Ловля мяча двумя руками в движении, с отскоком от пола на месте, с отскоком от пола в движении.**

*Практика (1 час):* Поэтапный разбор правильной техники ловли мяча на месте и в движении.

**3.11. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, одной рукой от плеча.**

*Практика (1 час):* Разучивание правильной постановки и.п. рук, ног, туловища. Отработка правильной броски с места и в движении, основные ошибки при выполнении броска. Работа в парах, от щита, от стенки.

**3.12. Форма контроля: Учебная игра баскетбол.**

*Практика (1 час):* Уметь правильно применять изученные тактические приемы в мини-футболе.

**Календарно-тематическое планирование  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»  
(Группа «7 «А» класс», 3 год обучения)**

№	Наименование разделов	Кол-во часов	Дата		Форма контроля	Примечание
			План	Факт		
<b>1.</b>	<b>Мини-футбол – 10 часов</b>					
1.1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	03.09			
1.2	Правила игры. Организация и проведение соревнований по мини-футболу.	1	10.09			
1.3	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	17.09			
1.4	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение	1	24.09			

	мяча по кругу.					
1.5	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	01.10			
1.6	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	08.10			
1.7	Упражнение «квадрат».	1	15.10			
1.8	Двусторонняя учебная игра.	1	22.10			
1.9	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	29.10			
1.10	Учебная игра футбол.	1	12.11		Мини-соревнования по мини-футболу	
<b>2.</b>	<b>Волейбол – 12 часов</b>					
2.1	Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения игры волейбол.	1	19.11			
2.2	Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу.	1	26.11			
2.3	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.	1	03.12			
2.4	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.	1	10.12			
2.5	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча).	1	17.12			
2.6	Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра в пионербол.	1	24.12			

2.7	Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «охотники и утки».	1	14.01			
2.8	Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощенным правилам.	1	21.01			
2.9	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием.	1	28.01			
2.10	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи. Пионербол с элементами волейбола.	1	04.02			
2.11	Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола. Учебная игра по упрощенным правилам.	1	11.02			
2.12	Учебная игра волейбол по упрощенным правилам.	1	18.02		Мини-соревнования по волейболу	
<b>3.</b>	<b>Баскетбол – 12 часов</b>					
3.1	Инструктаж по ТБ на занятиях баскетбола. История возникновения игры в баскетбол.	1	25.02			
3.2	Правила игры. Организация и проведение соревнований по баскетболу.	1	04.03			
3.3	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	1	11.03			
3.4	Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча с изменением скорости.	1	25.03			
3.5	Стойки баскетболиста и техника передвижений.	1	01.04			
3.6	Остановка прыжком, остановка двумя шагами, повороты вперед, повороты назад.	1	08.04			
3.7	Передача мяча одной и	1	15.04			



	двумя руками от груди на места, двумя руками сверху на места.					
3.8	Передача мяча одной и двумя руками от груди в движении, с отскоком от пола на месте.	1	22.04			
3.9	Ловля мяча двумя руками на месте.	1	29.04			
3.10	Ловля мяча двумя руками в движении, с отскоком от пола на месте, с отскоком от пола в движении.	1	06.05			
3.11	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, одной рукой от плеча.	1	13.05			
3.12	Учебная игра баскетбол.	1	20.05		Мини-соревнования по баскетболу	
	<b>Итого</b>	<b>34 часа</b>				

**Календарно-тематическое планирование  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»  
(Группа «7 «Б» класс», 3 год обучения)**

№	Наименование разделов	Кол-во часов	Дата		Форма контроля	Примечание
			План	Факт		
<b>1.</b>	<b>Мини-футбол – 10 часов</b>					
1.11	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	01.09			
1.12	Правила игры. Организация и проведение соревнований по мини-футболу.	1	08.09			
1.13	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	15.09			
1.14	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	22.09			
1.15	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	29.09			

1.16	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	06.10			
1.17	Упражнение «квадрат».	1	13.10			
1.18	Двусторонняя учебная игра.	1	20.10			
1.19	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	27.10			
1.20	Учебная игра футбол.		10.11		Мини-соревнования по мини-футболу	
<b>2.</b>	<b>Волейбол – 12 часов</b>					
2.13	Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения игры волейбол.	1	17.11			
2.14	Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу.	1	24.11			
2.15	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.	1	01.12			
2.16	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.	1	08.12			
2.17	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча).	1	15.12			
2.18	Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра в пионербол.	1	22.12			
2.19	Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «охотники и утки».	1	29.12			
2.20	Нижняя прямая подача,	1	12.01			

	передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощенным правилам.					
2.21	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием.	1	19.01			
2.22	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи. Пионербол с элементами волейбола.	1	26.01			
2.23	Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола Учебная игра по упрощенным правилам.	1	02.02			
2.24	Учебная игра волейбол по упрощенным правилам.	1	09.02		Мини-соревнования по волейболу	
<b>3.</b>	<b>Баскетбол – 12 часов</b>					
3.13	Инструктаж по ТБ на занятиях баскетбола. История возникновения игры в баскетбол.	1	16.02			
3.14	Правила игры. Организация и проведение соревнований по баскетболу.	1	02.03			
3.15	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	1	09.03			
3.16	Ведение мяча со зрительным контролем. Ведение мяча с изменением скорости.	1	23.03			
3.17	Стойки баскетболиста и техника передвижений.	1	30.03			
3.18	Остановка прыжком, остановка двумя шагами, повороты вперед, повороты назад.	1	06.04			
3.19	Передача мяча одной и двумя руками от груди на места, двумя руками сверху на места.	1	13.04			
3.20	Передача мяча одной и двумя руками от груди в движении, с отскоком от пола на месте.	1	20.04			

3.21	Ловля мяча двумя руками на месте.	1	27.04			
3.22	Ловля мяча двумя руками в движении, с отскоком от пола на месте, с отскоком от пола в движении.	1	04.05			
3.23	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, одной рукой от плеча.	1	11.05			
3.24	Учебная игра баскетбол.	1	18.05		Мини-соревнования по баскетболу	
<b>Итого</b>		<b>34 часа</b>				

**Календарно-тематическое планирование  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»  
7В класс, 3-й год обучения**

№	Наименование разделов	Кол-во часов	Дата		Форма контроля	Примечание
			План	Факт		
7. Футбол – 9 часов						
1.19.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	06.09			
1.20.	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	13.09			
1.21.	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	20.09			
1.22.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	27.09			
1.23.	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	04.10			
1.24.	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	11.04			
1.25.	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	18.04			
1.26.	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	25.10			
1.27.	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1	08.11			

8. Волейбол – 14 часов						
2.28	Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения игры волейбол.	1	15.11			
2.29	Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу	1	22.11			
2.30	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.	1	29.11			
2.31	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.	1	06.12			
2.32	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча)	1	13.12			
2.33	Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра в волейбол.	1	20.12			
2.34	Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «охотники и утки»	1	27.12			
2.35	Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощенным правилам	1	10.01			
2.36	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием	1	17.01			
2.37	Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Волейбол по упрощенным правилам.	1	24.01			
2.38	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи. Волейбол по упрощенным правилам.	1	31.01			
2.39	Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола. Учебная игра по упрощенным правилам	1	07.02			

2.40	Учебная игра в волейбол.	1	14.02			
2.41	Учебная игра волейбол по упрощенным правилам.	1	21.02			
9. Баскетбол – 12 часов						
3.26.	История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Правила ТБ.	1	28.02			
3.27.	Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1	07.03			
3.28.	Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1	21.03			
3.29.	Баскетбол. Освоение ловли и передачи мяча.	1	28.03			
3.30.	Баскетбол. Освоение ловли и передачи мяча.	1	04.04			
3.31.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	11.04			
3.32.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	18.04			
3.33.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	25.04			
3.34.	Баскетбол. Освоение техники ведения мяча.	1	02.05			
3.35.	Баскетбол. Овладение техникой бросков мяча.	1	09.05			
3.36.	Баскетбол. Овладение техникой бросков мяча.	1	16.05			
3.37.	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	1	23.05			