

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза П.И. Захарова
с.Троицкое муниципального района Сызранский Самарской области

«Рассмотрена на заседании МО
учителей естественно-
математического цикла»
Руководитель МО

Самсонова И.Ю.
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

Проверена
Заместитель директора по
УВР _____
Галыгина А.В.
«30» августа 2023 г.

Утверждена
Приказом
№ 138/1 - ОД от 30.08.2023 г.
Директор ГБОУ СОШ
с. Троицкое:

Фомин В.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»

на уровне основного общего образования
5-8 классы

2023 год

Данная программа разработана в соответствии с ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании», в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Рабочая программа составлена на основе "Внеурочной деятельности учащихся", авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов, М.: Просвещение.

Сроки реализации образовательной программы: программа рассчитана на 4 года обучения.

Занятия по программе внеурочной деятельности «Спортивные игры» для группы учащихся **5-6 классов** проводятся 1 раз в неделю по 1 часу- 34 часа, группы учащихся 7-8 классов проводятся 1 раз в неделю по 1 часу-34 часа.

1. Содержание курса внеурочной деятельности

5-6 классы

Первый год реализации программы

Тема 1. «Здоровый образ жизни»

Здоровый образ жизни. Здоровье в порядке- спасибо зарядке! Личная гигиена. Профилактика травматизма. Нарушение осанки.

Тема 2. Современные подвижные игры

«Мяч по кругу», «Поймай рыбку», «Цепи кованы», «Змейка на асфальте», «Бег с шариком», «Нас не слышно и не видно», «Третий лишний», «Ворота», «Чужая палочка», «Белки, шишки и орехи», «Без пары», «След в след», «Мишень», «С кочки на кочку», «Веревочка», «Плетень», «Кто больше», «Успевай, не зевай», «День и ночь», «Наперегонки парами», «Ловушки-перебежки», «Вызов номеров», «Поймай рыбку», «Цепи кованы», «Змейка на асфальте».

Тема 3. Старинные подвижные игры.

«Двенадцать палочек», «Катание яиц», «Чижик», «Городки», «Пустое место», «Пятнашки», «Волки и овцы», «Намотай ленту», «Лапта», «Чет-нечет», «Серый волк», «Ловись, рыбка, большая и маленькая», «Догонялки на санках», «Платок», «Кто боится колдуна?», «Лучники», «Волк», «Камнепад», «Шаровки», «Горелки», «Штандер», «Рыбки», «Бабки», «Казачьи разбойники».

Тема 4. Русские народные игры и забавы.

«Щука», «Водяной», «Третий лишний», «На золотом крыльце сидели...», «Кандалы», «Слон», «Зайцы в огороде», «Козел», «Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Прыгуны», «Лошади», «Птички и клетка», «Северный и южный ветер», «Коршун», «Бой петухов», «Караси и щука», «Лиса в курятнике», «Малечина – колечина», «Река и ров», «Горячая картошка», «Заяц без логова», «Подвижная цель», «Бабки», «Бредень», «Заколдованный замок», «Али-баба», «Два Мороза», «Жар-птица», «Перетягивание вoзa», «Водяной», «Садовник».

Тема 5. Русские игровые традиции.

«Зазывалки», «Жребий», «Волки во рву», «Медведь и вожак», «Водяной», «Невод», «Чехарда», «Птицелов», «Жмурки», «Дуга», «Кот и мышь», «Ляпка», «Заря», «Гуси», «Удар по веревочке», «Зайки», «Прыганье со связанными ногами», «У медведя во бору», «Гуси», «Бой петухов», «Переездной конь», «Зелёная репка», «Дударь», «Капустка», «Солнышко», «В круги», «Медом или сахаром», «Жмурка и Бубенец», «Сковорода», «Огородник и воробей», «Салки», «Пол, нос, потолок», «Горячий картофель», «Ляпка», «Золотые ворота», «Подмигни соседу», «Земля, воздух, вода, огонь», «Гуси и гусыни», «Шлёпанки», «7 камней», «Хромая лиса», «Прыжки», «Зевака», «Охотник».

Второй год реализации программы

Тема 1. Развитие баскетбола в России.

История появления баскетбола как игры. Развитие баскетбола за рубежом. Развитие баскетбола в России. Баскетбол как вид спорта. Развитие школьного баскетбола.

Тема 2. Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.

Соблюдение санитарно – гигиенических норм во время занятий баскетболом. Форма одежды, обувь для занятий. Прохождение диспансеризации как необходимое условие сохранения здоровья. Инструктаж по технике безопасности при игре в баскетбол.

Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка.

Единая спортивная классификация. Совершенствование техники передвижения при нападении. Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Костно-мышечная система, ее строение, функции.

Техника передвижения приставными шагами. Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча. Индивидуальные действия при нападении.

Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. Совершенствование техники передвижений.

Специальная физическая подготовка. Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра. Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга. Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк).

Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. Командные действия в нападении. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.

Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления. Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении».

Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. Бросок мяча в движении с одного шага. Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.

Тема 4. Основы техники и тактики игры

Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов. Общая характеристика спортивной тренировки. Совершенствование техники передачи мяча. Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Действия одного защитника против двух нападающих.

Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения. Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча. Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры. Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва.

Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку. Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении. Ведение мяча с изменением высоты отскока.

Физическая подготовка спортсмена. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.

Техническая подготовка юного спортсмена. Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов.

Тактическая подготовка юного спортсмена. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону».

Сущность и назначение планирования и его виды. Совершенствование техники броска мяча изученными способами.

Тема 5. Контрольные игры и соревнования

Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Совершенствование техники ведения мяча. Учет в процессе спортивной тренировки. Переключения от действий в нападении к действиям в защите.

Тема 6. Тестирование

История развития баскетбола. Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

7-8 классы

Первый год реализации программы

Тема 1. Развитие баскетбола в России.

История появления баскетбола как игры. Развитие баскетбола за рубежом. Развитие баскетбола в России. Баскетбол как вид спорта. Развитие школьного баскетбола.

Тема 2. Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.

Соблюдение санитарно – гигиенических норм во время занятий баскетболом. Форма одежды, обувь для занятий. Прохождение диспансеризации как необходимое условие сохранения здоровья. Инструктаж по технике безопасности при игре в баскетбол.

Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка.

Единая спортивная классификация. Совершенствование техники передвижения при нападении. Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Костно-мышечная система, ее строение, функции.

Техника передвижения приставными шагами. Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча. Индивидуальные действия при нападении.

Гигиенические основы режима труда и отдыха юных спортсменов. Совершенствование техники передвижений.

Специальная физическая подготовка. Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча. Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления. Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход». Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра. Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. Скрытые передачи мяча под рукой, из-за спины, из-за спины в пол. Применение изученных взаимодействий в условиях позиционного нападения. Применение изученных взаимодействий в условиях личного прессинга. Восстановительные мероприятия в спорте. Инструкторская и судейская практика. Бросок мяча над головой (полукрюк, крюк).

Систематический врачебный контроль за юными спортсменами. Командные действия в нападении. Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков в зависимости от ситуации на площадке. Инструкторская и судейская практика.

Самоконтроль в процессе занятий спортом. Ведение мяча с поворотом кругом. Сочетание выполнения бросков мяча из различных точек в условиях жесткого сопротивления. Выбор места и момента для борьбы за отскочивший от щита мяч при блокировке. Противодействие взаимодействию двух игроков – «заслону в движении».

Травматизм и заболеваемость в процессе занятий спортом, оказание первой помощи при несчастных случаях. Бросок мяча в движении с одного шага. Блокировка при борьбе за овладение мячом, отскочившим от щита.

Тема 4. Основы техники и тактики игры

Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов. Общая характеристика спортивной тренировки. Совершенствование техники передачи мяча. Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Действия одного защитника против двух нападающих.

Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения. Применение изученных защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча. Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры. Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва.

Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку. Противодействие игрокам различных игровых функций при разных системах игры в нападении. Ведение мяча с изменением высоты отскока.

Физическая подготовка спортсмена. Передача мяча двумя руками с отскоком от пола. Организация командных действий по принципу выбора свободного места с использованием изученных групповых взаимодействий.

Техническая подготовка юного спортсмена. Бросок мяча изученными способами после выполнения других технических приемов.

Тактическая подготовка юного спортсмена. Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону. Техника овладения мячом. Противодействия взаимодействию трех игроков – «сдвоенному заслону».

Сущность и назначение планирования и его виды. Совершенствование техники броска мяча изученными способами.

Тема 5. Контрольные игры и соревнования

Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Совершенствование техники ведения мяча. Учет в процессе спортивной тренировки. Переключения от действий в нападении к действиям в защите.

Тема 6. Тестирование

История развития баскетбола. Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Совершенствование техники ловли и передачи мяча. Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.

Второй год реализации программы

Тема 1. Из истории футбола

Развитие футбола в России.

Тема 2. Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях.

Гигиенические знания и навыки. Комплекс физических упражнений.

Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка.

Правила игры в футбол; место; оборудование. ОФП: Упражнения на развитие скорости. Упражнения на развитие гибкости, силы.

Тема 4. Основы техники и тактики игры

Классификация и терминология технических приёмов футбола.

Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП: Упражнение на развитие силы.

Удар по мячу головой, ногой.

Остановка, ведение мяча, отбор мяча.

Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.

Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы.

Удары по мячу серединой лба, остановка мяча подошвой.

Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.

Передача мяча партнёру серединой лба.

Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.

Групповые действия.

Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча друг другу.

Учебная игра.

Тактическая игра в нападении и защите.

Тема 5. Контрольные игры и соревнования

Участие в школьных соревнованиях по футболу.

Разбор проведенных учебных и календарных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

Тема 6. Тестирование

Испытание по контрольным нормативам

Формы организации и виды деятельности: занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Подвижные игры, эстафеты, соревнования.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

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

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

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

2. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для

создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Формы организации и виды деятельности: занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Подвижные игры, эстафеты, соревнования.

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы и использованием по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов
5-6 классы

Первый год реализации программы

№ п/п	Тематические блоки, темы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Здоровый образ жизни	1	http://school-collection.edu.ru/ Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
2.	Современные подвижные игры	8	
	Игра «Мяч по кругу»	1	
	Игра «Поймай рыбку»	1	
	Игра «Цепи кованы»	1	
	Профилактика травматизма	1	
	Игра «Змейка на асфальте»	1	
	Игра «Бег с шариком»	1	
	Игра «Нас не слышно и не видно»	1	
	Игра «Третий лишний»	1	
3.	Старинные подвижные игры	10	
	Игра«Двенадцать палочек»	1	
	Игра«Катание яиц»	1	
	Игра«Чижик»	1	
	Игра«Городки»	1	
	Игра«Пустое место»	1	
	Игра«Городки»	1	
	Игра«Пятнашки»	1	
	Игра«Волки и овцы»	1	
	Игра«Намотай ленту»	1	
	Игра«Лапта»	1	
4.	Русские народные игры и забавы	8	
	Игра «Щука»	1	
	Игра «Водяной»	1	
	Игра «Третий лишний»	1	
	Игра «На золотом крыльце сидели...»	1	
	Игра «Кандалы»	1	
	Игра «Ворота»	1	
	Игра «Слон»	1	
	Игра «Зайцы в огороде».	1	
5.	Русские игровые традиции	7	

	Игра «Зазывалки»	1	
	Игра «Жребий»	1	
	Игра «Волки во рву»	1	
	Игра «Волки и овцы»	1	
	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1	
	Игра «Медведь и вожак»	1	
	Игра «Водяной»	1	
Итого:			34 часа

Всего часов в год: 34 часа

Часов в неделю: 1 час

Второй год реализации программы

№ п/п	Тематические блоки, темы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	1	http://school-collection.edu.ru/ Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
2.	Общая и специальная физическая подготовка	12	
	Единая спортивная классификация. ОФП	1	
	Совершенствование техники передвижения при нападении.	1	
	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	1	
	Костно- мышечная система, ее строение, функции.	1	
	Техника передвижения приставными шагами.	1	
	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча. Учебная игра.	1	
	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	1	
	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	1	
	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.	1	
	Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	1	
	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом.	1	
	Взаимодействие трех игроков - «крестный выход».	1	
3.	Основы техники и тактики игры	11	
	Взаимодействие двух игроков	1	

	«подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.		
	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.	1	
	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	1	
	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления движения.	1	
	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.	1	
	Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.	1	
	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	1	
	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра.	1	
	Воспитание нравственных и волевых качеств.	1	
	Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП.	1	
	Ведение мяча с переводом на другую руку.	1	
4.	Контрольные игры и соревнования	5	
	Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	1	
	Совершенствование техники ведения мяча.	1	
	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	1	
	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	1	
	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	1	
5.	Тестирование	5	
	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	1	
	Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебная игра.	1	
	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	1	
	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
Итого:			34 часа

Всего часов в год: 34 часа

Часов в неделю: 1 час

7-8 классы
Первый год реализации программы

№ п/п	Тематические блоки, темы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	1	http://school-collection.edu.ru/ Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
2.	Общая и специальная физическая подготовка	13	
	Единая спортивная классификация. ОФП	1	
	Совершенствование техники передвижения при нападении.	1	
	Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	1	
	Костно- мышечная система, ее строение, функции.	1	
	Техника передвижения приставными шагами.	1	
	Индивидуальные действия при нападении с мячом и без мяча. Учебная игра.	1	
	Совершенствование техники передвижений. Специальная физическая подготовка.	1	
	Выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета мяча.	1	
	Взаимодействие двух игроков - «заслон в движении». Учебная игра.	1	
	Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом.	1	
	Сочетание выполнения различных способов ловли мяча в условиях жесткого сопротивления.	1	
	Взаимодействие трех игроков - «скрестный выход».	1	
	Чередование упражнений на развитие специальных физических качеств. Учебная игра.	1	
3.	Основы техники и тактики игры	10	
	Взаимодействие двух игроков «подстраховка». Многократное выполнение технических приемов.	1	
	Сочетание способов передвижения с выполнением различных технических приемов в усложненных условиях. Учебная игра.	1	
	Действия одного защитника против двух нападающих. СФП	1	
	Средства и методы спортивной тренировки. Ведение мяча с изменением направления	1	

	движения.		
	Система зонной защиты 2 – 3, 2 – 1 - 2. Учебная игра.	1	
	Формы организации занятий в спортивной тренировке. ОФП. Совершенствование техники броска мяча.	1	
	Сочетание личной и зонной системы защиты в процессе игры.	1	
	Применение изученных взаимодействий в системе быстрого прорыва. Учебная игра.	1	
	Воспитание нравственных и волевых качеств. Психологическая подготовка в процессе тренировки. СФП. Ведение мяча с переводом на другую руку.	2	
4.	Контрольные игры и соревнования	5	
	Характерные особенности периодов спортивной тренировки. Учебная игра.	1	
	Совершенствование техники ведения мяча.	1	
	Учет в процессе спортивной тренировки. ОФП.	1	
	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.	1	
	Переключения от действий в нападении к действиям в защите. СФП	1	
5.	Тестирование	5	
	История развития баскетбола. Контрольные испытания.	1	
	Совершенствование тактических действий в нападении и защите. Учебная игра.	1	
	Совершенствование техники ловли и передачи мяча.	1	
	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.	1	
Итого:			34 часа

Всего часов в год: 34 часа

Часов в неделю: 1 час

Второй год реализации программы

№ п/п	Тематические блоки, темы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Развитие футбола в России	1	http://school-collection.edu.ru/ Единая коллекция цифровых образовательных
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	1	
3.	Общая и специальная физическая	15	

	подготовка		ресурсов
	Правила игры в футбол; место; оборудование. ОФП: Упражнения на развитие скорости.	2	
	Классификация и терминология технических приёмов футбола. Упражнения на развитие гибкости, силы.	2	
	Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП: Упражнение на развитие силы.	3	
	Удар по мячу головой, ногой.	2	
	Остановка, ведение мяча, отбор мяча.	2	
	Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.	2	
	Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы.	2	
4.	Основы техники и тактики игры	15	
	Удары по мячу серединой лба, остановка мяча подошвой.	2	
	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.	2	
	Передача мяча партнёру серединой лба.	2	
	Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.	3	
	Групповые действия.	2	
	Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча друг другу.	2	
	Тактическая игра в нападении и защите.	2	
5.	Контрольные игры и соревнования	2	
	Участие в школьных соревнованиях по футболу.	1	
	Разбор проведенных учебных и календарных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом	1	
Итого:			34 часа

Всего часов в год: 34 часа

Часов в неделю: 1 час