**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Комитет науки и образования Волгоградской области
Администрация Серафимовичского муниципального района
МКОУ Отрожкинская СШ

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете МКОУ Отрожкинской СШ
Протокол № 1от 25.08.2026

_____

УТВЕРЖДЕНО

Директор МКОУ Отрожкинской СШ
Бирюкова Л.В.

_Приказ №53 от 25.08.2026

_____ Подписано цифровой подписью: Бирюкова Л.В.
Бирюкова Л.В. Дата: 2026.10.29 12:26:49 +03'00'

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

# курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

Разработала: Бурыкина Елена Константиновна Учитель физической культуры

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры » для 5-10 класса создана на основе:

- основной образовательной программы начального (основного) общего образования, основного среднего образования

**Ожидаемый результат.**

В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности; - приобрести навыки и умения по изучаемым видам спорта; - уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации; - использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;

- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;

- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;

- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ - это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

## II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

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, мета предметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; предметные – через формирование основных элементов научного знания, а мета предметные результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

**Личностные 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 исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью, понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

- 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;

- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;

- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Регулятивные УУД:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

- проговаривать последовательность действий во время занятия;

- учиться работать по определенному алгоритму;

- уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

- распределять функции и роли в совместной деятельности;

- конструктивное разрешение конфликтов;

- принимать и сохранять учебную задачу;

- 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.

Познавательные УУД:

- формулировать цель, выделять необходимую информацию, структурировать;

- выбирать эффективные способы решения учебной задачи, анализировать и сравнивать;

- ставить и решать проблемы; делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;

- преобразовывать информацию из одной формы в другую;

- устанавливать причинно-следственные связи.

Коммуникативные УУД:

- строить продуктивное сотрудничество с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способы взаимодействия;

- разрешать конфликты — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

- управлять поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;

- уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

- формировать навыки позитивного коммуникативного общения.

**Предметные результаты:**

Обучающиеся научатся:

- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела), развивать основные физические качества;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно относиться при объяснении ошибок и способов их устранения;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, знать требования техники безопасности;

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

Обучающиеся получат возможность научиться:

- планировать и организовывать режим дня, организацию отдыха и досуга;

- представлять баскетбол как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- объяснять в доступной форме правила (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, их исправление;

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.

**Тематический план 5кл**

| № | Наименование темы | Кол-во часов | Дата проведения занятий |
|---|---|---|---|
| **I** | **Футбол** | 10 | |
| 1 | Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой | **1** | |
| **2** | Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. | **2** | |
| **3** | Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. | **2** | |
| **4** | Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. | **2** | |
| **5** | Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря. | **2** | |
| **II** | **Волейбол** | 14 | |
| **6** | Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. | **2** | |
| **7** | Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача. | **2** | |
| **8** | Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху. | **2** | |
| **9** | Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. | **2** | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | Блокирование. | | |
| **10** | Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи | **2** | |
| **11** | Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме. | **2** | |
| **12** | Контрольные игры и соревнования. | **1** | |
| **IV** | **Баскетбол.** | **12** | |
| **13** | Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. | **2** | |
| **14** | Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди. | **2** | |
| **15** | Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. | **2** | |
| **16** | Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения. | **2** | |
| **17** | Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. | **2** | |
| **18** | Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами. | **2** | |
| ИТОГО: | **34** | | |

**Тематическое планирование 6кл**

| н/п | Кол-во часов | Тема урока | Дата |
|---|---|---|---|
| 1 | 1 | Научиться правильно выполнять технические действия. Узнать историю волейбола. | |
| 2 | 1 | Научиться передачам мяча в волейболе, правильновыполнять стойку волейболиста. | |
| 3 | 1 | Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам. | |
| 4 | 1 | Узнать историю игры- волейбол. Научиться стойке и перемещениям в баскетболе. | |
| 5 | | Научиться правильно ловить и передавать баскетбольный мяч двумя руками. | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 6 | 1 | Научиться правильно вести мяч и передавать его одной рукой. | |
| 7 | 1 | Научиться играть в мини-баскетбол по упрощенным правилам. | |
| 8 | 1 | Научиться передавать и ловить мяч при сопротивлении защитника. | |
| 9 | 1 | Научиться производить ведение мяча при сопротивлении защитника, вырывать и выбивать мяч. | |
| 10 | 1 | Научиться играть в мини-баскетбол по упрощенным правилам. | |
| 11 | 1 | Научиться применять свои тактические умения в баскетболе | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 12 | 1 | Совершенствовать<br>технические действия в игре | |
| 13 | 1 | Научиться<br>точности попадания мячом в кольцо | |
| 14 | 1 | Научиться позиционному нападению без изменения позиций игроков. | |
| 15 | 1 | Научиться позиционному нападению без изменения позиций игроков. | |
| 16 | 1 | Научиться тактике нападения быстрым прорывом. | |
| 17 | 1 | Научиться применять свои тактические умения в баскетболе. | |
| 18 | 1 | Научиться тактике игровых действий в нападении (5:0), взаимодействию двух игроков в нападении. | |
| 19 | 1 | Научиться тактике нападения быстрым отрывом (2:1). | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 20 | 1 | Научиться выступать судьей на соревнованиях | |
| 21 | 1 | Правила техники безопасности в волейболе .Правила игры. Стойка игрока, передвижения, передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками в парах. | |
| 22 | 1 | Совершенствование техники передачи мяча двумя руками в парах и тройках через сетку. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам. | |
| 23 | 1 | Совершенствование комбинации из освоенных элементов. Совершенствование<br>Нижней прямой подачи. Встречные эстафеты. | |
| 24 | 1 | Совершенствование нижней прямой подачи. Передача мяча в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками.Игра по упрощенным правилам. | |
| 25 | 1 | Освоение техники прямого нападающего удара. Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Учебная игра по упрощенным правилам. | |
| 26 | 1 | Контрольный урок. Передача мяча сверху двумя руками в парах 10-15 раз. Закрепление техники нижней прямой подачи мяча. Развитие координационных способностей.<br>Учебная игра по упрощенным правилам. | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 27 | 1 | Комбинация из освоенных элементов: прием, передача, удар. Закрепление техники прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Совершенствование техники нижней прямой подачи мяча Учебная игра по упрощенным правилам. | |
| 28 | 1 | Контрольный урок. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Закрепление техники прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнером. Учебная игра по упрощенным правилам. | |
| 29 | 1 | Совершенствованиепрямого нападающего удара. Совершенствование комбинации из освоенных элементов: нижняя прямая подача. Учебная игра по упрощенным правилам волейбола. | |
| 30 | 1 | Тактика свободного нападения. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра по упрощенным правилам волейбола | |
| 31 | 1 | Закрепление тактики свободногонападени. Прием мяча снизу двумя руками на месте и после подачи. Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых способностей и выносливости Правила самоконтроля. Учебная игра по упрощенным правилам волейбола | |
| 32 | 1 | Контрольный урок.<br>Нижняя прямая подача. Овладение организаторскими умениями. Использование разученных упражнений, подвижных игр в самостоятельных занятиях физкультурой. | |
| 33 | 1 | Освоить правила техники безопасности при игре в футбол, технику передвижения и остановок. | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 34 | 1 | Научиться перемещениям, поворотам, остановкам в футболе, ударам по мячу и ведению мяча по прямой. | |

**Тематическое планирование 7кл**

| п/н | Раздел | Тема урока | Часов | Тип урока | Требование к уровню подготовленности обучающихся | Дата |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Спортивные игры | **Волейбол.ТБ на уроках спортивных игр.*Терминология спортивных игр. Правила и организация избранной игры.***<br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам. | 1 | Освоение нового материала | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 2 | | **Волейбол**. **Стойка и перемещение игрока.**<br>Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам. | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 3 | | **Волейбол**. **Стойка и перемещение игрока.**<br>Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам. | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 4 | | **Волейбол**. **Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку.**<br>Эстафеты. Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам | 1 | Комплексный | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 5 | | **Волейбол**. **Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку.**<br><br>Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 6 | | **Техника передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку**.<br><br>Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 7 | | **Волейбол.Прием мяча снизу двумя руками через сетку.**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 8 | | **Волейбол.Прием мяча снизу двумя руками через сетку.**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игровые задания на укороченной площадке. Игра по упрощенным правилам | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 9 | | **Техника приема мяча снизу двумя руками через сетку**.<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игровые задания на укороченной площадке. Игра по упрощенным правилам | 1 | Комплексный | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 10 | | **Волейбол. Нижняя прямая подача мяча**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игра по упрощенным правилам | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 11 | | **Волейбол.Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игра по упрощенным правилам | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 12 | | **Волейбол.Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игра по упрощенным правилам | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 13 | | **Волейбол:техника нижней прямой подачи мяча**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам | 1 | Комплексный | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 14 | | **Волейбол**. **Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар).**<br><br>Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 15 | | **Волейбол**. **Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар).**<br><br>Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам | 1 | Комплексный | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 16 | | **Волейбол. Тактика свободного падения**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 17 | | **Волейбол. Тактика свободного падения**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 18 | | **Волейбол. Игра по упрощенным правилам**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов | 1 | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам | | | | |
| 19 | | **Баскетбол. Инструктаж по ТБ. Передвижение игрока. Повороты с мячом.**<br><br>Остановка прыжком. Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное нападение с изменением позиций. Развитие координационных способностей. | 1 | Изучение нового материала | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 20 | | **Баскетбол.Передвижение игрока. Повороты с мячом.**<br><br>Остановка прыжком. Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное нападение с изменением позиций. Развитие координационных способностей. | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 21 | | **Баскетбол.Сочетание приемов передвижений и остановок игрока.*Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии памяти, внимания и мышления. Правила игры в баскетбол***<br><br>Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное нападение с изменением позиций. Развитие координационных | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | способностей. | | | | |
| 22 | | **Баскетбол:оценка техники ведения мяча в движении с разной высотой отскока и изменением направления**<br><br>Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное нападение с изменением позиций. Развитие координационных способностей. | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 23 | | **Баскетбол**. **Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника.**<br><br>Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное нападение с изменением позиций. Развитие координационных способностей. Правила баскетбола | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 24 | | **Баскетбол. Передача мяча различным способом в движении.**<br><br>Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв 2х1. Учебная игра. Ведение мяча с сопротивлением. Развитие координационных способностей | 1 | Изучение нового материала | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 25 | | **Баскетбол**. **Передача и броски мяча.**<br><br>Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв 2х1. Учебная игра. Ведение мяча с сопротивлением. Развитие координационных способностей | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 26 | | **Баскетбол**: **оценка техники броска мяча двумя руками с места с сопротивлением**<br><br>Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | прорыв 2х1. Учебная игра. Ведение мяча с сопротивлением. Развитие координационных способностей | | | | |
| 27 | | **Баскетбол**. **Передача мяча различным способом в парах в движении с пассивным сопротивлением игрока.**<br><br>Бросок мяча одной рукой от плеча с места с сопротивлением. Быстрый прорыв 2х1. Учебная игра. Ведение мяча с сопротивлением. Развитие координационных способностей | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 28 | | **Баскетбол. Передача мяча в тройках со сменой мест.**<br><br>Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания 2х2, 3х3. Учебная игра. Развитие координационных способностей | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 29 | | **Баскетбол**. **Передача мяча в тройках со сменой мест.**<br><br>Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания 2х2, 3х3. Учебная игра. Развитие координационных способностей | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 30 | | **Баскетбол**<br><br>Сочетание приемов передвижений и остановок. Передача мяча в тройках со сменой мест. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания 2х1, 3х1. Учебная игра. Развитие координационных способностей | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 31 | | **Баскетбол**. **Передача мяча в тройках со сменой мест. Штрафной бросок.**<br><br>Игровые задания 2х1, 3х2. Учебная игра. Развитие координационных | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | способностей | | | | |
| 32 | | **Баскетбол:оценка техники передачи мяча в тройках со сменой мест**<br><br>Сочетание приемов передвижений и остановок. Передача мяча в тройках со сменой мест. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Штрафной бросок. Игровые задания 2х2, 3х2. Учебная игра. Развитие координационных способностей | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 33 | | **Баскетбол**. **Штрафной бросок.**<br><br>Игровые задания 2х2, 3х3. Учебная игра. Развитие координационных способностей | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 34 | | **Баскетбол**. **Штрафной бросок.**<br><br>Игровые задания 2х1, 3х2. Учебная игра. Развитие координационных способностей | 1 | Комбини рованный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |

# Тематическое планирование 9-10 класс

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | **Спортивные игры** | **Волейбол.ТБ на уроках спортивных игр.*Терминология спортивных игр. Правила и организация избранной игры.***<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам. | Освоение нового материала | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 2 | | **Волейбол**. **Стойка и перемещение игрока.**<br><br>Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам. | Совершенствов ание ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 3 | | **Волейбол**. **Стойка и перемещение игрока.** | Совершенствов | Уметь играть в волейбол по | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам. | ание ЗУН | упрощенным правилам | |
| 4 | | **Волейбол**. **Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку.**<br><br>Эстафеты. Нижняя прямая подача. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам | Комплексный | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 5 | | **Волейбол**. **Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку.**<br><br>Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 6 | | **Техника передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку**.<br><br>Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 7 | | **Волейбол.Прием мяча снизу двумя руками через сетку.**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 8 | | **Волейбол.Прием мяча снизу двумя руками через сетку.**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игровые задания на укороченной площадке. Игра по упрощенным правилам | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 9 | | **Техника приема мяча снизу двумя руками через сетку**.<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игровые | Комплексный | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | задания на укороченной площадке. Игра по упрощенным правилам | | | |
| 10 | | **Волейбол. Нижняя прямая подача мяча**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игра по упрощенным правилам | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 11 | | **Волейбол.Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игра по упрощенным правилам | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 12 | | **Волейбол.Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками после подачи.**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игра по упрощенным правилам | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 13 | | **Волейбол:техника нижней прямой подачи мяча**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам | Комплексный | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 14 | | **Волейбол**. **Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар).**<br><br>Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | правилам | | | |
| 15 | | **Волейбол**. **Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар).**<br><br>Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам | Комплексный | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 16 | | **Волейбол. Тактика свободного падения**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 17 | | **Волейбол. Тактика свободного падения**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 18 | | **Волейбол. Игра по упрощенным правилам**<br><br>Стойка и перемещение игрока. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача, удар). Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам | Совершенствование ЗУН | Уметь играть в волейбол по упрощенным правилам | |
| 19 | | **Баскетбол. Инструктаж по ТБ. Передвижение игрока. Повороты с мячом.**<br><br>Остановка прыжком. Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное нападение с изменением позиций. Развитие координационных способностей. | Изучение нового материала | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 20 | | **Баскетбол.Передвижение игрока. Повороты с** | Комбинирован | Уметь играть в | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | **мячом.**<br><br>Остановка прыжком. Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное нападение с изменением позиций. Развитие координационных способностей. | ный | баскетбол по упрощенным правилам | |
| 21 | | **Баскетбол.Сочетание приемов передвижений и остановок игрока.*Основы обучения и самообучения двигательным действиям, их роль в развитии памяти, внимания и мышления. Правила игры в баскетбол***<br><br>Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное нападение с изменением позиций. Развитие координационных способностей. | Комбинированный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 22 | | **Баскетбол:оценка техники ведения мяча в движении с разной высотой отскока и изменением направления**<br><br>Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное нападение с изменением позиций. Развитие координационных способностей. | Комбинированный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 23 | | **Баскетбол**. **Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника.**<br><br>Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Позиционное нападение с изменением позиций. Развитие координационных способностей. Правила баскетбола | Комбинированный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 24 | | **Баскетбол. Передача мяча различным способом в движении.**<br><br>Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв 2х1. Учебная | Изучение нового материала | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | игра. Ведение мяча с сопротивлением. Развитие координационных способностей | | | |
| 25 | | **Баскетбол**. **Передача и броски мяча.**<br>Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв 2х1. Учебная игра. Ведение мяча с сопротивлением. Развитие координационных способностей | Комбинированный | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам | |
| 26 | | **Т/Б на спортивных играх. Футбол.Организационный момент** | Изучение нового материала | Уметь играть в футбол по упрощенным правилам | |
| 27 | | **Основные правила игры в футбол** | Изучение нового материала | Уметь играть в футбол по упрощенным правилам | |
| 28 | | **Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.** | Изучение нового материала | Уметь играть в футбол по упрощенным правилам | |
| 29 | | **Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы** | Изучение нового материала | Уметь играть в футбол по упрощенным правилам | |
| 30 | | **Ведение мяча** | Изучение нового материала | Уметь играть в футбол по упрощенным правилам | |
| 31 | | **Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема** | Изучение нового материала | Уметь играть в футбол по упрощенным правилам | |
| 32 | | **Удар носком** | Изучение нового материала | Уметь играть в футбол по упрощенным правилам | |
| 33 | | **Удар серединой лба на месте** | Изучение нового материала | Уметь играть в футбол по упрощенным правилам | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 34 | | **Вбрасывание мяча из-за боковой линии** | Изучение нового материала | Уметь играть в футбол по упрощенным правилам | |