

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Кировской области**

**Администрация Кирово-Чепецкого района**

**МКОУ СОШ с. Селезениха Кирово-Чепецкого района Кировской  
области**

**УТВЕРЖДЕНО**

**Директор**

---

Самойленко Л.В.  
Приказ № 154 от «02»  
сентября 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Физическая культура. Спортивные игры»**

**для обучающихся 5 – 6 классов**

**с. Селезениха 2024**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре рассматривается как средство подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными рабочими программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий

оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

В 5 классе на занятия физической культурой (спортивные игры) отводится 34 часа (1 час в неделю), в 6 классе на занятия физической культурой (спортивные игры) отводится 34 часа (1 час в неделю).

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **5 КЛАСС**

#### ***Общая физическая подготовка***

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

Ходьба на носках, пятках, в полу приседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий старт и бег со старта по команде. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10 метров, бег до 8 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, с места, со скакалкой, с высоты до 40 см, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель. метание на дальность отскока от стены, щита. Лазание по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты, стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

#### ***Баскетбол***

1. *Основы знаний.* Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения. Режим дня и режим питания.

2. *Специальная подготовка.* Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой);

передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.

Стойка игрока, передвижение в стойке. Остановка в движении по звуковому сигналу. Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.

### ***Волейбол***

1. *Основы знаний.* Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка.

2. *Специальная подготовка.* Специальная разминка волейболиста. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.

Стойка игрока, передвижение в стойке. Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?»

### ***Футбол***

1. *Основы знаний.* Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания.

2. *Специальная подготовка.* Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Передачи мяча в парах. Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота».

## **6 КЛАСС**

### ***Общая физическая подготовка***

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.

Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Бег с высокого старта на 30, 40 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10 метров, 3x15 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, с высоты до 50 см, в длину с места и в высоту с разбега, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Лазание по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты. стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

### ***Баскетбол***

1. *Основы знаний.* Товарищ и друг. В чём сила командной игры. Физические упражнения – путь к здоровью, работоспособности и долголетию.

2. *Специальная подготовка.* Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Ведение мяча правой и левой рукой по прямой, по дуге, с остановками по сигналу. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, после ведения и остановки.

Подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения и остановки.

### ***Волейбол***

1. *Основы знаний.* Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми. Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья.

2. *Специальная подготовка.* Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища.

Подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

### ***Футбол***

1. *Основы знаний.* Утренняя физическая зарядка. Предматчевая разминка. Что запрещено при игре в футбол.

2. *Специальная подготовка.* Остановка катящегося мяча. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек. Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд».

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**

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

**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;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

#### ***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

**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 внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

#### **должны уметь:**

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «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.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Баскетбол</b>					
1.1	Стойки и перемещения баскетболиста	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.2	Остановки	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.3	Передача мяча	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.4	Ловля мяча	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.5	Ведение мяча	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.6	Броски в кольцо	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.7	Подвижные игры	4	0	0	
Итого по разделу		12			
<b>Раздел 2. Волейбол</b>					
2.1	Перемещения	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.2	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками	3	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.3	Нижняя прямая подача с середины площадки	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.4	Прием мяча	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.5	Подвижные игры и эстафеты	3	0	0	
Итого по разделу		12			

<b>Раздел 3. Футбол</b>					
3.1	Стойки и перемещения	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.2	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.3	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.4	Передачи мяча	3	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.5	Подвижные игры	4	0	0	
Итого по разделу		10			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

## 6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Баскетбол</b>					
1.1	Баскетбол. Т.Б. на уроках баскетбола. Стойки и перемещения	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.2	Остановки баскетболиста	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.3	Правила игры в баскетбол. Передачи мяча Учебная игра	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.4	Баскетбол. Ловля мяча. Учебная игра	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

1.5	История развития баскетбола. Ведение мяча. Учебная игра	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.6	Правила игры в баскетбол. Бросок мяча. Учебная игра	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.7	Игра в защите	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.8	Игра в нападении	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.9	Тестирование. Правила соревнований, терминология и жесты	1	0	0	
1.10	Игра. Участие в соревнованиях	3	0	0	
Итого по разделу		12			
<b>Раздел 2. Волейбол</b>					
2.1	Волейбол. Закрепление техники передачи	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.2	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Учебная игра	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.3	Индивидуальные тактические действия в защите	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.4	Верхняя прямая подача	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.5	Закрепление техники приема мяча с подачи	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.6	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	3	0	0	
Итого по разделу		12			
<b>Раздел 3. Футбол</b>					
3.1	Остановка катящегося мяча	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.2	Ведение мяча	3	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

3.3	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	3	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.4	Подвижные игры	2	0	0	
Итого по разделу		10			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 КЛАСС

№		Тема урока	Тип урока	Содержание	Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты (личностные УУД)	Дата	
п/п	п/т							П	Ф
1 - 2	1-2	Баскетбол. Т.Б. на уроках баскетбола. Стойки и перемещения баскетболиста	Нов.	Баскетбол: техника безопасности на уроках по баскетболу. Обязанности игроков и их права. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	Соблюдать правила техники безопасности и профилактики травматизма при занятиях баскетболом. Овладеть основами технических действий при выполнении сток и	<b>Уметь анализировать</b>	Знать правила поведения на занятиях по баскетболу; уметь высказываться и отстаивать свою точку зрения; уметь		

3-4	3-4	Официальные баскетбольные правила. Остановка двумя ногами и прыжком.		Официальные баскетбольные правила. Остановка двумя ногами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	перемещения в баскетболе, ведение мяча. Уметь использовать учебные игры	<b>собственные двигательные действия при выполнении заданий и участвовать в обсуждении часто повторяющихся ошибок при выполнении организуемых команд и приёмов; уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем в процессе игр</b>	управлять эмоциями.  Уметь выполнять стойки баскетболиста, ведение мяча с изменением направления		
5	5	Ведение мяча. Передачи мяча Учебная игра.	Зак.	Официальные баскетбольные правила Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в	Овладеть правилами игры в баскетбол. Формировать техники выполнения стойки				

6	6	Ловля мяча		движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). Учебная игра	перемещений, ведение мяча, бросок в корзину в баскетболе	<p><b>допускаемые ошибки при выполнении упражнений и заданий; уметь объяснять выполнение упражнений общеразвивающей направленности без предметов; уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем</b></p>	<p>поведения на уроках баскетбола, в игре со сверстниками, взаимодействуя с учителем; узнать санитарно-гигиенические нормы при занятиях баскетболом.</p> <p>Уметь выполнять ведение мяча, остановку в два шага после ведения, броски мяча в</p>		
---	---	------------	--	--	--	--	---	--	--

							корзину.		
							Знать правила соревнований и уметь их применять во время учебной игры		

7	7	Баскетбол. Техника ведения мяча. Учебная игра	Зак.	Специальные ОРУ с мячом. Техника ведения мяча: ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте и в движении, с изменением направления движения и скорости.	Овладеть основами технических действий в выполнении техники ведения мяча,	<p><b>Уметь объяснять допускаемые ошибки при выполнении упражнений и заданий; уметь объяснять выполнение упражнений общеразвивающей направленности с предметами; уметь взаимодействовать со сверстниками и учителями</b></p>	<p>Уметь управлять эмоциями в различных ситуациях, возникающих на уроке; владеть стойками и перемещениями с учётом индивидуальных возможностей.</p> <p>Знать правила соревнований и уметь их применять во время учебной</p>		
8	8	Баскетбол. Броски в кольцо. Учебная игра		Техника бросков мяча: броски одной и двумя руками с места и в движении без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра.	техники бросков мяча, техника перемещений владения мячом. Овладеть правилами учебной игры и игровое задание 2:1				



9 -12	9-12	Подвижные игры на основе баскетбола	Пр.	Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.). Приложение №4.	Соблюдать правила техники безопасности и профилактика травматизма при подвижных играх. Формировать техники упражнений с мячом при подвижных играх на базе баскетбола.	<p style="text-align: center;"><b>уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем в процессе подвижных игр; соотносить результаты с предлагаемыми целями и задачами</b></p>	<p style="text-align: center;">Уметь выделять основной технический элемент в игровой ситуации с учётом индивидуальных особенностей; уметь выполнять комплексы упражнений для развития координационных способностей; освоить правила поведения на уроке в процессе игровой</p>		
-------	------	-------------------------------------	-----	--	---	--	---	--	--

							ситуации		
13-14	1-2	Волейбол Перемещения	Нов.	Правила техники безопасности в волейболе. Правила игры. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение).	Соблюдать правила техники безопасности; профилактика травматизма при занятиях волейболом. Формировать технику упражнений с мячом в волейболе.	Уметь владеть основными приемами игры в волейбол; уметь выполнять требования техники безопасности; уметь ставить вопросы, обращаться за помощью к сверстникам и учителю	<b>Знать правила поведения на занятиях по волейболу.</b> Оценивать личностные качества известных волейболистов, проецируют их на себя, развивают индивидуальные способности к игре. Знать правила проведения соревнований по волейболу		
15	3	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Учебная игра	Нов.	Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Игра по	Соблюдать правила техники безопасности; профилактика травматизма при занятиях волейболом. Формировать технику	<b>Уметь работать индивидуально и в группе; уметь аргументировать ответы на</b>	<b>Знать правила поведения на занятиях по волейболу.</b> Оценивать		

				упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.	упражнений с мячом в волейболе. Владеть правилами и техникой игры в волейбол	<b>вопросы по олимпийскому движению; уметь находить ошибки при помощи учителя и исправлять их; уметь взаимодействовать с учителем и со сверстниками в процессе учебной игры</b>	личностные качества известных волейболистов, проецировать их на себя, развивать индивидуальные способности к игре. Знать правила проведения соревнований по волейболу		
16	4	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Подачи. Учебная игра	Пр.	Передача мяча сверху двумя руками. Прием и передача мяча снизу двумя руками нижней прямой подачи. Встречные эстафеты. Учебная игра	Владеть основами технических действий в выполнении передачи мяча двумя руками сверху, снизу Владеть техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	<b>Уметь работать индивидуально и в группе; уметь находить ошибки при помощи учителя и исправлять их; уметь взаимодействовать с учителем и со сверстниками в процессе учебной игры</b>	Уметь выполнять технические действия в волейболе. Уметь быть координированным и ловким во время игры		

17	5	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Подачи. Учебная игра	Пр.	История развития волейбола в России и в мире. Передача мяча сверху двумя руками. Прием и передача мяча снизу двумя руками нижней прямой подачи мяча. Встречные эстафеты. Игра по упрощенным правилам	Владеть техникой приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Использовать технические приемы в игровой деятельности	Уметь самостоятельно описывать технику изучаемых игровых приемов и действий; уметь закреплять технику перемещений, владения мячом, развивать координационные способности; уметь взаимодействовать со сверстниками, соблюдать правила безопасности	Знать исторические факты развития волейбола в мире и РФ; уметь распределять свои силы, проявлять упорство при выполнении ловли и передачи мяча в игровой ситуации; повышать уровень своей физической подготовленности.  Владеть техническими приемами в игровой		
----	---	---	-----	--	---	---	---	--	--

							деятельности		
--	--	--	--	--	--	--	--------------	--	--

18	6	Нижняя прямая подача с середины площадки	Пр.	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки	Овладеть техникой нижней прямой подачи мяча. Использовать технические приемы в игровой деятельности	Уметь осваивать технику владения мячом, учиться играть в волейбол по упрощенным правилам; уметь ставить вопросы, обращаться за помощью к сверстникам и учителю	Развивать самостоятельность и личную ответственность при выполнении практического задания. Показать уровень физической подготовленности во время учебной игры		
19	7	Нижняя прямая подача с середины площадки Учебная игра	Пр.	Закрепление техники нижней прямой подачи мяча. Развитие координационных способностей. Учебная игра по упрощенным	Использовать технические приемы в игровой деятельности. Овладеть техникой нижней прямой подачи	Уметь формулировать познавательную цель, описывать технику изучаемых игровых приемов и действий;	Уметь давать самооценку на основе критериев успешной деятельности; ответственно		

				правилам	мяча.	уметь использовать игровые действия для развития физических качеств; уметь ставить вопросы, обращаться за помощью к сверстникам и учителю; уметь формулировать собственное мнение	относиться к выполнению заданий на уроке и соблюдению правил безопасности; уметь выполнять подачи мяча; понимать значимость развития физических качеств		
20-21	8-9	Прием мяча Учебная игра	Пр.	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи.	Научиться комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар.	Уметь моделировать технику игровых действий и приемов; уметь овладевать комбинацией из освоенных элементов: прием, передача, удар; уметь взаимодействовать со сверстниками, оценивать способы разрешения конфликтов	<b>Самостоятельно проводить разминку и игровые задания; уметь преодолевать трудности в игровых ситуациях; выполнять технические элементы</b>		

							<b>волейболиста.</b>		
							<b>Владеть техникой приема мяча.</b>		

22-24	10-12	Подвижные игры и эстафеты на основе волейбола	Пр..	Подвижные игры, эстафеты. Приложение №4.	Использование технических приемов в игровой деятельности	Уметь формулировать познавательные цель и задачи урока, моделировать тактику свободного нападения, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	<p><b>Уметь видеть собственные ошибки и определять способ их исправления; регулировать нагрузку при развитии силы мышц рук, плечевого пояса и ног.</b></p> <p><b>Использовать</b> технические приемы в</p>		
-------	-------	---	------	---	--	--	--	--	--

							игровой деятельности.		
25	1	Стойки и перемещения Мини-футбол.	ОС+К	Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений.	Овладение основами технических действий в игровых формах – футболе. Развитие физических качеств-	<b>уметь взаимодействовать со сверстниками и учителем в</b>	Мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическое оценивание усваиваемого		

				Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения)..	выносливость	<b>процессе освоения прыжка в длину и подвижной игры</b>	содержания урока, исходя из принятых этических и моральных норм поведения. Развивать основные физические качества через занятия мини-футболом.		
26	2	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов в мини-футболе.	ОС+К	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, с места, с одного-двух шагов.	Овладение основами технических действий в игровых формах футболе. Развитие физических качеств-выносливость	уметь использовать технические действия в игровых формах: футболе	Совершенствовать технические приемы и командно-тактические действия в мини-футболе. Уметь выполнять круговую эстафету		
27	3	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу в мини-футболе,	Зак.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, с места, с одного-двух шагов. Вбрасывание из-за «боковой» линии.	Использование технических действий в игровых формах – футболе	Уметь использовать технические действия в игровых формах – футболе	Совершенствовать технические приемы и командно-тактические действия в мини-футболе.		
28-30	4-7	Передачи мяча	Нов.	Правила техники безопасности при занятии футболом. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Передачи мяча в парах Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка. Игры и игровые задания	Знать историю развития футбола. Технические действия в игровых формах футболе.	Уметь соблюдать нормы и правила поведения во время занятий по футболу; Умение выполнять игровые действия в футболе.	Знать историю развития футбола. Уметь выполнять технические приемы и командно-тактические действия в мини-футболе.		

31-34	8-11	Подготовка и выполнение нормативов ВФСКГТО. Спортивные игры	Пр.	Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота». Приложение №4.	Повышать функциональные возможности в подготовке к выполнению ВФСК ГТО. Овладение основами технических действий в спортивных играх	<b>Знать роль легкой атлетики для самосовершенствования и подготовки к выполнению норм комплекса ГТО</b>	<p style="text-align: center;"><b>Знать значимость выполнения ВФСК ГТО.</b></p> <p>Выполнить нормативы на соответствующую ступень ВФСК ГТО по легкой атлетике. Уметь применять самостоятельно бег для развития основных физических качеств. Уметь выполнять технические приемы и командно-</p>		
-------	------	---	-----	--	--	--	--	--	--

							тактические действия в мини-футболе		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--