Муниципальное образовательное учреждение
«Пчевская общеобразовательная школа им.Садыка Джумабаева»

Согласовано:
Зам.дир. по ВР:____/Колесова Л.И./
«31» августа 2021г.

Утверждаю:
Директор школы:____/Кудрявцева Л.В./
«01» сентября 2021г.
от 01.09.2021

Рабочая программа
по физической культуре
кружка «Спортивные игры»
для 8-11 классов

Разработала: учитель физкультуры
МОУ «Пчевская СОШ»
Пешунькина Е.В.
Педагогический стаж : 12 лет.
Категория : первая.
Эксперт : Пантюхова Т.В.

Пчева
2021г.

1. Пояснительная записка

Данная программа разработана для реализации в основной школе. Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа секции рассчитана на учащихся 13-18 лет. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие во внутришкольных соревнованиях.

Работа секции предусматривает: содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовке и систематическим занятиям физическими упражнениями.

Для учащихся, посещающих секцию первый год, ставятся частные задачи: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости; обучение техники стоек и перемещений, привитие стойкого интереса к занятиям физической культурой, выполнение нормативных требований по видам подготовки, закаливание организма.

Учебное время по видам подготовки распределено таким образом, чтобы текущие темы совпадали с годовым планированием уроков физкультуры, что дополнительно стимулирует учащихся к занятиям и повышению уровня подготовки по тому или иному виду спорта.

Цель: совершенствование всех функций организма, укрепление нервной, сердечно-сосудистой, дыхательных систем, опорно-двигательного аппарата. Повышение сопротивляемости организма человека неблагоприятным влиянием внешней среды.

Задачи:

1. Укрепление здоровья, закаливание организма, содействие правильному физическому развитию.
2. Обучение жизненно-важным двигательным навыкам и умениям.

3. Воспитание привычки к систематическим самостоятельным занятиям физической культурой и спортом и привитие необходимых гигиенических навыков и умений.

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

Программа кружковой деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 9-11 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 2 часа в неделю , всего 68 часов в год.

Принадлежность к кружковой деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по кружковой деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 9 минут. Реализация данной программы в рамках кружковой деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

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

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза (8-9 классы) и 2 раза (10-11классы в неделю . Продолжительность занятия 90 минут.

Ворник -10-11 классы с 15.15 до 16.45

Четверг -8-9 классы с 15.15 до 16.45

2.Содержание деятельности

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приёмы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля

Естественные основы

Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение основных движений с различной скоростью. Выявление работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Эмоции и их регулирование в процессе занятий физическими упражнениями. Выполнение жизненно важных навыков различными способами и с изменением амплитуды.

Контроль за правильностью выполнения физических упражнений и тестирование физических качеств.

Приёмы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля

Водные процедуры. Овладение приёмами саморегуляции, связанные с умением расслаблять и напрягать мышцы. Контроль и регуляция движений.

Тестирование физических способностей.

Спортивные игры

Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила проведения и безопасности.

1. Т/б на занятиях по спортивным играм. (4 час)

Изучается в учебном процессе на всем протяжении прохождения курса.

Один час предусмотрен для зачета по данной теме.

2. Личная гигиена, закаливание, ЗОЖ. (4час)

Изучается в учебном процессе на всем протяжении прохождения курса.

Один час предусмотрен для зачета по данной теме.

3. Баскетбол. (40 часов)
Изучаются правила игры, способы передвижений, ведение, передача, броски мяча и применяются в игре.

4. Волейбол (40 часов)
Изучаются правила игры, стойки, перемещения, способы подачи, приема и передачи мяча. Практическое применение осуществляется в форме игры.

5. Футбол (40 часов)
Изучаются правила игры, передвижения, удары по мячу, остановки, ведение и передачи мяча. Основные приемы вратаря. Практическое применение осуществляется в форме игры.

6. Настольный теннис (8 часа)
Изучаются правила игры и ее основные приемы.

3.Тематическое планирование

8-9 классы

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности
1	Т/б на занятиях по спортивным играм	2	Знать правила безопасности во время занятий. Уметь оказать первую медицинскую помощь при травме.
2	Личная гигиена, закаливание, ЗОЖ	2	Понимать важность и необходимость ЗОЖ.
3	Основные правила игры в баскетбол	2	Изучить правила игры и судейства.
4	Способы передвижений	2	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).
5	Защитная стойка .	2	
6	Остановка прыжком	2	
7	Повороты с мячом	2	
8	Остановка в два шага. Выбивание мяча	2	
9	Передача мяча различными способами	2	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).
10	Броски мяча различными способами	2	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра.

	Ведение мяча правой и левой рукой.	2	Ведение мяча в низкой , средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.
	Ведение мяча с изменением направления1	2	
	Основные правила игры в волейбол	2	Изучить правила игры и судейства.
	Стойки, перемещения	2	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).
5	Передача мяча сверху двумя руками	2	Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания
6	Передача сверху двумя руками в прыжке	2	
7	Передача сверху за голову в опорном положении	2	
18	Прием мяча снизу над собой	2	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи.
19	Прием мяча, отраженного сеткой	2	
20	Нижняя прямая подача	2	Нижняя и верхняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки. Обучение нападающему удару.
21	Верхняя прямая подача	2	
22	Прямой нападающий удар	2	
23	Основные правила игры в футбол	2	Изучить правила игры и судейства.
24	Передвижения	2	Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
25	Основная стойка вратаря	2	
26	Удар внутренней стороной стопы	2	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, с места, с одного-двух шагов. Вбрасывание из-за «боковой» лини
27	Удар внутренней частью подъема	2	
28	Остановка катящегося мяча подошвой	2	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.
29	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	2	
30	Остановка катящегося мяча серединой подъема	2	
31	Ведение мяча	2	
32	Удар серединой подъема	2	

Настольный теннис (игра один на один)	2	Ознакомиться с правилами игры и основными приемами игры.
Игра парами	2	

10-11 классы

	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности
	Т/б на занятиях по спортивным играм	2	Знать правила безопасности во время занятий. Уметь оказать первую медицинскую помощь при травме.
	Личная гигиена, закаливание, ЗОЖ	2	Понимать важность и необходимость ЗОЖ.
	Основные правила игры в баскетбол	2	Изучить правила игры и судейства.
	Способы передвижений	2	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).
	Защитная стойка .	2	
	Остановка прыжком	2	
	Повороты с мячом	2	
	Остановка в два шага. Выбивание мяча	2	
9	Передача мяча различными способами	2	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).
10	Броски мяча различными способами	2	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра.
11	Ведение мяча правой и левой рукой.	2	Ведение мяча в низкой , средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.
12	Ведение мяча с изменением направления1	2	
13	Основные правила игры в волейбол	2	Изучить правила игры и судейства.
14	Стойки, перемещения	2	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).
15	Передача мяча сверху двумя	2	Передачи мяча сверху двумя руками на месте и

	руками		после перемещения вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания
16	Передача сверху двумя руками в прыжке	2	
17	Передача сверху за голову в опорном положении	2	
18	Прием мяча снизу над собой	2	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи.
19	Прием мяча, отраженного сеткой	2	
20	Нижняя прямая подача	2	Нижняя и верхняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки. Обучение нападающему удару.
21	Верхняя прямая подача	2	
22	Прямой нападающий удар	2	
23	Основные правила игры в футбол	2	Изучить правила игры и судейства.
24	Передвижения	2	Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
25	Основная стойка вратаря	2	
26	Удар внутренней стороной стопы	2	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, с места, с одного-двух шагов. Вбрасывание из-за «боковой» лини
27	Удар внутренней частью подъема	2	
28	Остановка катящегося мяча подошвой	2	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.
29	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	2	
30	Остановка катящегося мяча серединой подъема	2	
31	Ведение мяча	2	
32	Удар серединой подъема	2	
33	Настольный теннис (игра один на один)	2	Ознакомиться с правилами игры и основными приемами игры.
34	Игра парами	2	

4.Планируемые результаты реализации программы.

Личностными результатами кружка

являются следующие умения:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами кружка

является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;

проговаривать последовательность действий во время занятия;

учиться работать по определенному алгоритму

Познавательные УУД:

умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

Коммуникативные УУД:

планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;

умение 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.

сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

Предметными результатами изучения курса являются:

организация отдыха и досуга средствами физической культуры;

- бережное обращение с оборудованием и инвентарем. представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В результате освоения содержания дополнительного программного материала занимающихся должны достигнуть предусмотренного образовательным минимумом уровня развития физической культуры.

Учащиеся должны знать:
- об истории и особенностях зарождения и развития физической культуры и спорта;
- о способах и особенностях движений, передвижений;
- о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- о терминологии разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки;

- о причинах травматизма на занятиях физической культуры.

Учащиеся должны уметь:
- выполнять основные движения, перемещения, упражнения по разделам программного материала;
- выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, скорости;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий физической культурой.

По окончании школы обучающиеся должны показать уровень физической подготовленности не ниже результатов соответствующих обязательному минимуму содержания образования.

Способы проверки результатов освоения программы

Подведение итогов по результатам освоения программы проводится в форме:
- опрос;
- демонстрация;
- наблюдения;
- упражнения;
- практическое выполнение.

Механизм оценки результатов по программе:

В качестве форм подведения итогов освоения программы проводятся зачеты по теоретической части материала, а также соревновательная практика в виде различных эстафет, упражнений и игр между обучающимися.

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 самостоятелшьным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здоровогообраза жизни должно стать привычным для учащихся и сформировать представление о том, что ЗОЖ - это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

4. Календарный учебный график

Продолжительность учебного года	34 недели
Набор и формирование групп	С 02.09.21 по 06.09.21
Начало занятий	01.09.21
Окончание занятий	31.05.21
Каникулы:	
осенние	С 25.10.21 по 07.11.21
зимние	С 30.12.21 по 09.01.22
весенние	С 26.03.22 по 03.04.22

5.Список литературы

1.Баскетбол: Учебник для ин-тов физ.культ./ Под ред.Ю.Н.Портнова.-изд.3-е перераб.-М.: Физкультура и спорт,1988.-288с.

2.Жуков М.Н. Подвижные игры: Учеб.для студ.пед.вузов.-М.: Издательский центр «Академия»,2002.-160с.

3.Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов.-5-е изд.-М.: Просвещение,2008.

4.Легкая атлетика в школе,М., «Физкультура и спорт»,1972.-200с.

5.Минскин Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня: Пособие для учителя.-2-е изд.,перераб. и доп.-М.: Просвещение,1983.-192с.

6.Программа по физической культуре для учащихся 1-11 классов с оздоровительной направленностью% Учеб.-метод. Пособие/Авт.-сост. Г.Е.Гун,В.В.Рожков-СПб.: ЛОИРО,2004.-52с.

7.Пинхолстер Г.Энциклопедия баскетбольных упражнений(перевод с англ.)-М., «Физкультура и спорт»,1973.164с.

8.Специальные упражнения для юных легкоатлетов.Под редакцией канд. Пед .наук В.Г.Алабина и В.Н.Крупенко.180с.

9. Спортивные игры: правила соревнований и методика судейства: Учебное пособме/В.И.Баландин,О.П.Бауэр,В.С.Денисов и др.; Под ред. Е.А. Митина.-СПб.:изд.РГПУ им.А.И.Герцена,2002.-171с.

10.Спортивные игры. Учебник для студентов фак-тов физ.воспитанияпед.ин-тов.под ред. Н.П.Воробьева .М. «Просвещение»,1973.335с.

11.Физическая культура 1-11 классы: комплексная программа физического воспитанияучпщихся В.И.Ляха,А.А.Зданевича/авт.-сост. А.Н.Каинов,Г.И.Курьерова.-Изд.2-е-Волгоград: Учитель,2012.-171с.

12.Физическая культура:5-7 классы: учебник для учащихся общеобразовательных учреждений/Т.В.Петрова,Ю.А.Копылов,Н.В.Полянская,С.С.Петров-М.: Вентана-Граф,2013.-96с.

13. Физическая культура:5-7 классы: учебник для учащихся общеобразовательных учреждений/(М.Я.Виленский,И.М.Туревский и др.) ; под ред. М.Я.Виленского.-5-е изд.-М.: Просвещение,2009.-156с.

Материально-техническое обеспечение

1. Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.
2. Скакалки.
3. Маты гимнастические.

4. Обручи.
5. Планка для прыжков в высоту.
6. Стойка для прыжков в высоту.
7. Рулетка измерительная.
8. Щиты баскетбольные.
9. Волейбольная сетка универсальная.
10. Аптечка.
11. Мячи теннисные.

«СОГЛАСОВАНО»_____
зам. директора по ВР МОУ «Пчевская СОШ им. Садыка Джумабаева»
_____ Колесова Л.И.

Приложение
к дополнительной общеобразовательной программе
по физической культуре
кружка «Спортивные игры»
для 8-9 классов
2021-2022 учебный год

Календарно – тематическое планирование

Учитель: Пешунькина Елена Валерьевна
Количество часов в учебном году: 68 часа

Номер урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1	Т/б на занятиях по спортивным играм	2	03.09.20	
2	Личная гигиена, закаливание, ЗОЖ	2	10.09.20	
3	Основные правила игры в баскетбол	2	17.09.20	
4	Способы передвижений	2	24.09.20	
5	Защитная стойка	2	01.10.20	
6	Остановка прыжком	2	08.10.20	
7	Повороты с мячом	2	15.10.20	
8	Остановка в два шага. Выбивание мяча	2	22.10.20	
9	Передача мяча различными способами	2	05.11.20	
10	Броски мяча различными способами	2	12.11.20	
11	Ведение мяча правой и левой рукой.	2	19.11.20	
12	Ведение мяча с изменением направления	2	26.11.20	
13	Основные правила игры в волейбол	2	03.12.20	
14	Стойки, перемещения	2	10.12.20	
15	Передача мяча сверху двумя руками	2	17.12.20	
16	Передача сверху двумя руками в прыжке	2	24.12.20	
17	Передача сверху за голову в опорном положении	2	14.01.21	
18	Прием мяча снизу над собой	2	21.01.21	

19	Прием мяча, отраженного сеткой	2	28.01.21	
20	Нижняя прямая подача	2	04.02.21	
21	Верхняя прямая подача	2	11.02.21	
22	Прямой нападающий удар	2	18.02.21	
23	Основные правила игры в футбол	2	25.02.21	
24	Передвижения	2	04.03.21	
25	Основная стойка вратаря	2	11.03.21	
26	Удар внутренней стороной стопы	2	18.03.21	
27	Удар внутренней частью подъема	2	25.03.21	
28	Остановка катящегося мяча подошвой	2	08.04.21	
29	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	2	15.04.21	
30	Остановка катящегося мяча серединой подъема	2	22.04.21	
31	Ведение мяча	2	29.04.21	
32	Удар серединой подъема	2	06.05.21	
33	Настольный теннис (игра один на один)	2	13.05.21	
34	Игра парами	2	20.05.21	

«СОГЛАСОВАНО»_____
зам. директора по ВР МОУ «Пчевская СОШ им. Садыка Джумабаева»
_____ Колесова Л.И.

Приложение
к дополнительной общеобразовательной программе
по физической культуре
кружка «Спортивные игры»
для 10-11 классов
2021-2022 учебный год

Календарно – тематическое планирование

Учитель: Пешунькина Елена Валерьевна
Количество часов в учебном году: 68 часа

Номер урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1	Т/б на занятиях по спортивным играм	2	03.09.20	
2	Личная гигиена, закаливание, ЗОЖ	2	10.09.20	
3	Основные правила игры в баскетбол	2	17.09.20	
4	Способы передвижений	2	24.09.20	
5	Защитная стойка	2	01.10.20	
6	Остановка прыжком	2	08.10.20	
7	Повороты с мячом	2	15.10.20	
8	Остановка в два шага. Выбивание мяча	2	22.10.20	
9	Передача мяча различными способами	2	05.11.20	
10	Броски мяча различными способами	2	12.11.20	
11	Ведение мяча правой и левой рукой.	2	19.11.20	
12	Ведение мяча с изменением направления	2	26.11.20	
13	Основные правила игры в волейбол	2	03.12.20	
14	Стойки, перемещения	2	10.12.20	
15	Передача мяча сверху двумя руками	2	17.12.20	
16	Передача сверху двумя руками в прыжке	2	24.12.20	
17	Передача сверху за голову в опорном положении	2	14.01.21	
18	Прием мяча снизу над собой	2	21.01.21	

19	Прием мяча, отраженного сеткой	2	28.01.21	
20	Нижняя прямая подача	2	04.02.21	
21	Верхняя прямая подача	2	11.02.21	
22	Прямой нападающий удар	2	18.02.21	
23	Основные правила игры в футбол	2	25.02.21	
24	Передвижения	2	04.03.21	
25	Основная стойка вратаря	2	11.03.21	
26	Удар внутренней стороной стопы	2	18.03.21	
27	Удар внутренней частью подъема	2	25.03.21	
28	Остановка катящегося мяча подошвой	2	08.04.21	
29	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	2	15.04.21	
30	Остановка катящегося мяча серединой подъема	2	22.04.21	
31	Ведение мяча	2	29.04.21	
32	Удар серединой подъема	2	06.05.21	
33	Настольный теннис (игра один на один)	2	13.05.21	
34	Игра парами	2	20.05.21	

Календарно-тематический план

8-9 классы

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Т/б на занятиях по спортивным играм	2		
2	Личная гигиена, закаливание, ЗОЖ	2		
3	Основные правила игры в баскетбол	2		
4	Способы передвижений	2		
5	Защитная стойка	2		
6	Остановка прыжком	2		
7	Повороты с мячом	2		
8	Остановка в два шага. Выбивание мяча	2		
9	Передача мяча различными способами	2		
10	Броски мяча различными способами	2		
11	Ведение мяча правой и левой рукой.	2		
12	Ведение мяча с изменением направления	2		
13	Основные правила игры в волейбол	2		
14	Стойки, перемещения	2		
15	Передача мяча сверху двумя руками	2		
16	Передача сверху двумя руками в прыжке	2		
17	Передача сверху за голову в опорном положении	2		
18	Прием мяча снизу над собой	2		
19	Прием мяча, отраженного сеткой	2		
20	Нижняя прямая подача	2		
21	Верхняя прямая подача	2		
22	Прямой нападающий удар	2		
23	Основные правила игры в футбол	2		
24	Передвижения	2		
25	Основная стойка вратаря	2		
26	Удар внутренней стороной стопы	2		
27	Удар внутренней частью подъема	2		
28	Остановка катящегося мяча подошвой	2		
29	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	2		
30	Остановка катящегося мяча серединой подъема	2		
31	Ведение мяча	2		
32	Удар серединой подъема	2		
33	Настольный теннис (игра один на один)	2		
34	Игра парами	2		

10-11 классы

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Т/б на занятиях по спортивным играм	2		
2	Личная гигиена, закаливание, ЗОЖ	2		
3	Основные правила игры в баскетбол	2		
4	Способы передвижений	2		
5	Защитная стойка	2		
6	Остановка прыжком	2		
7	Повороты с мячом	2		
8	Остановка в два шага. Выбивание мяча	2		
9	Передача мяча различными способами	2		
10	Броски мяча различными способами	2		
11	Ведение мяча правой и левой рукой.	2		
12	Ведение мяча с изменением направления	2		
13	Основные правила игры в волейбол	2		
14	Стойки, перемещения	2		
15	Передача мяча сверху двумя руками	2		
16	Передача сверху двумя руками в прыжке	2		
17	Передача сверху за голову в опорном положении	2		
18	Прием мяча снизу над собой	2		
19	Прием мяча, отраженного сеткой	2		
20	Нижняя прямая подача	2		
21	Верхняя прямая подача	2		
22	Прямой нападающий удар	2		
23	Основные правила игры в футбол	2		
24	Передвижения	2		
25	Основная стойка вратаря	2		
26	Удар внутренней стороной стопы	2		
27	Удар внутренней частью подъема	2		
28	Остановка катящегося мяча подошвой	2		
29	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	2		
30	Остановка катящегося мяча серединой подъема	2		
31	Ведение мяча	2		
32	Удар серединой подъема	2		
33	Настольный теннис (игра один на один)	2		
34	Игра парами	2		