

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 223  
с углубленным изучением немецкого языка Кировского района Санкт-Петербурга  
(ГБОУ СОШ № 223 с углубленным изучением немецкого языка Кировского района Санкт-Петербурга)

РАССМОТРЕНО

на заседании МО

Протокол № 1

от 28 августа 2023 г

СОГЛАСОВАНО

заместитель  
директора по УВР

\_\_\_\_\_ С.А. Минина

от 28 августа 2023 г

УТВЕРЖДЕНО

директор

\_\_\_\_\_ С.В. Лысова  
Приказ № 191 –ОД

от 29 августа 2023 г

**Рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
«Спортивные игры»  
для 7-х классов**

Срок реализации программы –1 год

Разработана

Цуркану Татьяной Владимировной

Санкт-Петербург  
2023

## 1. Пояснительная записка

По результатам многочисленных опросов современные подростки довольно высоко ставят ценность здоровья. В такой ситуации становится всё более необходимым делать акцент на формировании у школьников активистской культуры здоровья, напрямую связанной с занятиями спортом и предполагающей:

- интерес к спорту и оздоровлению, потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие спортивные результаты;
- знания в области оздоровления, спортивной подготовки и организации спортивных соревнований;
- умение использовать эти знания для эффективной организации спортивной подготовки, успешного выступления в соревнованиях;
- спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия спортом своё ближайшее окружение (семью, друзей).

Данная программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся основного общего образования по направлению «Спортивно-оздоровительное». Реализация программы происходит в течение пяти учебных лет.

Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и интересов учащихся. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях.

Программа «Спортивные игры» составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времен года) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. Для занимающихся по программе предусматриваются теоретические, практические занятия, выполнение контрольных нормативов, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательного, образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих целей:

П формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;

- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
- охрана и укрепление физического и психического здоровья школьников.
- обучение подростков способам овладения различными элементами спортивно-оздоровительной деятельности;
- помощь подросткам в осуществлении ими самостоятельного планирования, организации, проведения и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности.

### **Цели конкретизированы следующими задачами:**

#### 1. Формирование:

- представлений о: факторах, оказывающих влияние на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии

на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;

- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;
- пропаганды здорового образа жизни;
- Формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;
- отработка навыков, направленных на развитие и совершенствование различных физических качеств:

а) повышение уровня выносливости (беговые упражнения),

б) укрепление основной группы мышц, увеличивая подвижность в суставах, улучшая координацию движений.

## 2. Обучение:

- осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;
- самостоятельной организации занятий физическими упражнениями.

## 3. Воспитание:

- Положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества во внеурочной деятельности.

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;

умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

## 2. Общая характеристика программы курса внеурочной деятельности

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности учащихся основного общего образования по направлению «Спортивно-оздоровительное». Реализация программы происходит в течение пяти учебных лет.

Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и интересов учащихся. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях.

Программа «Спортивные игры» составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учетом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времен года) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни. Для занимающихся по программе предусматриваются теоретические, практические занятия, выполнение контрольных нормативов, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Программа «Спортивные игры» содержит в себе совместные занятия баскетболом, волейболом, футболом, настольным теннисом со сверстниками, обучение судейству игры. Позволяет изучить технику игровых действий и приемов, освоить их, выявляя и устраняя типичные ошибки. Программа предусматривает взаимодействие со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов, соблюдая правила безопасности; учит выполнять правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями, а также определять степень утомления организма во время игровой деятельности, использовать игровые действия для развития физических качеств.

№	Вид деятельности	5кл	6кл	7кл	8кл	9кл
1.	Основы знаний (история развития спорта, правила игры)	1 час	1 час	1 час	1 час	1 час
2.	Баскетбол	11	17	17	10	
3.	Волейбол	12	17	16	24	15
4.	Настольный теннис					8
5.	Подвижные игры	На каждом занятии				
6.	Пионербол	10				10
	Итого:	34	34	34	34	34
	Всего:	170 часов				

### Формы занятий:

- групповые и индивидуальные формы занятий - теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций - и практическую части: ОФП и игры;
- занятия оздоровительной направленности;
- праздники;
- эстафеты.

Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:

эффективность реализации программы:

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).

### 3. Место курса внеурочной деятельности в плане внеурочной деятельности

Курс «Спортивные игры» реализуется с 5 по 9 класс. Общее число часов по курсу за пять лет обучения 170, из них по 34 часа (1 час в неделю) в год.

Курс «Спортивные игры» является сквозным, т.е. представляет единое целое из всех своих разделов по классам с 5-9.

5 класс: Пионербол, волейбол и баскетбол по упрощенным правилам

6 класс: Баскетбол, волейбол

7 класс: Баскетбол, волейбол

8 класс: Волейбол, баскетбол

9 класс: Волейбол, настольный теннис, футбол

### 4. Личностные и метапредметные результаты освоения программы курса внеурочной деятельности

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

### 5.Содержание программы курса внеурочной деятельности

№ п/п	Наименование раздела программы	Содержание программного материала	Количество часов всего
1.	Футбол	Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам.	8
2.	Футбол	Выбивание и отбор мяча, разыгрывание мяча; приём мяча, остановка мяча, удар по воротам.	10
3.	Футбол	Приём мяча грудью, отбор мяча подкатом, разыгрывание мяча в парах, тройках, группах.	10
4.	Футбол	Двухсторонняя игра в футбол по правилам.	6
5.	Волейбол	Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола.	3
6.	Волейбол	Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола.	3
7.	Волейбол	Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола	3
8.	Волейбол	Передача мяча, прием мяча снизу. Нижняя прямая подача.	4
9.	Волейбол	Стойка игрока. Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача.	4
10.	Волейбол	Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. Верхняя прямая подача.	4
11.	Волейбол	Игра по правилам.	3
12.	Баскетбол	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами.	2
13.	Баскетбол	Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо. Развитие координационных качеств. Игра в мини-баскетбол.	5
14.	Баскетбол	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди	3
15.	Баскетбол	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища.	3
16.	Баскетбол	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	3
17.	Баскетбол	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в	4

		мини-баскетбол 3*3	
18.	Баскетбол	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини- баскетбол.	4
19.	Баскетбол	Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини- баскетбол.	4
20.	Баскетбол	Двухсторонняя игра по правилам.	6
21.	Настольный теннис	Техника настольного тенниса: удары	2
22.	Настольный теннис	Техника настольного тенниса: подачи и приём подач	2
23.	Настольный теннис	Основы тактики игры в теннис	2
24.	Настольный теннис	Игровая практика	2

#### ***Содержание курса 5 класс.***

1. Инструктаж по Т.Б. - Изучение правил по технике безопасности - 1 ч.
2. Краткая характеристика видов спорта. - Основные правила игры в пионербол. Основные приемы игры в волейбол, баскетбол, Подвижные игры для освоения передвижения и остановок - 1ч.
3. Освоение передач мяча и ведение мяча. - Стойки и перемещения, передачи и ведение мячау – 6ч
4. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей. - Выбивание и отбор мяча, подачи мяча. -10 ч.
5. Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. - Приём мяча после подачи, отбор мяча, разыгрывание мяча в парах, тройках, группах. -9 ч.
6. Освоение тактики игры. - Игра по правилам. -6 ч.
7. Защита итоговой работы за 5 класс. - 1 ч.

#### ***Содержание курса 6 класс.***

1. Требование к технике безопасности. - Инструктаж по Т.Б. - 1 ч.
2. Баскетбол. Краткая характеристика вида спорта. - История баскетбола, основные правила игры в баскетбол, основные приемы игры. - 1 ч.
3. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. - Эстафета баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди. - 1 ч.
4. Освоение ловли и передач мяча. - Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища. - 3 ч.
5. Освоение техники ведения мяча. Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2\*2. -4 ч.
6. Освоение техникой бросков мяча. - Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини - баскетбол. -4 ч.
7. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. - 3 ч.
8. Волейбол. Краткая характеристика вида спорта. - История волейбола. Основные правила игры в волейбол. Основные приемы игры в волейбол. - 1 ч.
9. Освоение техники приема и передачи мяча. - Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола. -7 ч.
10. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. – Стойка игрока. Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. -5 ч.
11. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. - Игра по правилам - 3 ч.

### ***Содержание курса 7 класс.***

1. Инструктаж по технике безопасности. - 1 ч.
2. Закрепление техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. - Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами. -9 ч.
3. Закрепление техники броска мяча. - Дальнейшее обучение техники движений. Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием. Максимальное расстояние до корзины - 4, 80 м. -3 ч.
4. Освоение индивидуальной техники защиты. - Перехват мяча. -1ч.
5. Закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. - Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол. -6 ч.
6. Закрепление тактики игры. - Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол. -8 ч.
7. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. - Двухсторонняя игра по правилам. Дальнейшее обучение технике движения. -6 ч.

### ***Содержание курса 8 класс.***

1. Инструктаж по технике безопасности. -1ч.
2. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. - Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. -2 ч.
3. Освоение техники приема и передачи мяча. - Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. Верхняя прямая подача. -10 ч.
4. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. - Игра по упрощенным правилам волейбола. Совершенствование психомоторных способностей и навыков игры. -7 ч.
5. Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию движений и ритму). - 3 ч.
6. Футбол. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. - Стойки и перемещения, удар по мячу, остановка мяча, удар по воротам. Выбивание и вырывание мяча, разыгрывание мяча, прием мяча. -7 ч.
7. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. - 3 ч.

### ***Содержание курса 9 класс.***

1. Инструктаж по технике безопасности. - 1ч.
2. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола. -5 ч.
3. Освоение техники приема и передачи мяча. -6 ч.
4. Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. - Игра по правилам. - 3 ч.
5. Настольный теннис. Историческая справка. - 1ч.
6. Техника настольного тенниса - удары и приемы передач. - 3 ч.
7. Основы тактики игры в настольный теннис - 4 ч.
8. Футбол. Закрепление техники перемещений, владений мячом и развитие координационных способностей. -7 ч.
9. Совершенствование тактики игры – 3 ч.

## **6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение внеурочной деятельности**

Место проведения:

Спортивная площадка.  
Спортивный зал.

Материально-техническое обеспечение:

волейбольные мячи, баскетбольные мячи,  
футбольные мячи, скакалки, теннисные мячи,  
малые мячи, гимнастическая стенка,  
гимнастические скамейки, сетка  
волейбольная, щиты с кольцами, секундомер,  
маты.

## **7. Планируемые результаты освоения программы курса внеурочной деятельности**

В процессе реализации программы у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

### **1. Регулятивные УУД:**

- Формирование способности личности к целеполаганию и построению жизненных планов во временной перспективе;
- Развитие регуляции спортивно-оздоровительной деятельности;
- Владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности

### **2. Познавательные УУД:**

- Владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной деятельности;
- Знание по истории и развитию различных видов спорта и о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- Знание о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек;
- Знание об индивидуальных особенностях физического развития;
- Знание о функциональных возможностях организма.

### **3. Коммуникативные УУД:**

- формировать положительное отношение друг к другу и умение общаться так, чтобы общение приносило радость;
- развивать навыки взаимодействия в группе;
- развивать вербальные и невербальные навыки общения;
- умение играть в команде.

## **В результате освоения программы**

### **Обучающиеся будут знать:**

- историю игровых видов спорта;
- правила спортивных игр;
- правила судейства;
- правила взаимодействия в команде.

### **Обучающиеся будут уметь:**

- навыки выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- навыки выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- играть в футбол, волейбол, баскетбол, теннис;
- работать с различным спортивным инвентарем;
- играть в команде.

8. Поурочно-тематическое планирование с определением основных видов внеурочной деятельности.

5 класс

№ ур о ка	Содержание (разделы, темы)	Кол- во часов	Даты проведения		Оборудование инвентарь
			план	факт	
1.	Введение. Техника безопасности на занятиях. Основы теоретических знаний	1			
	Спортивные игры. Пионербол, волейбол, баскетбол	33			
2.	Т.Б. Правила игры в пионербол. Основные приёмы игры. Подвижные игры	1			Волейбольные мячи, свисток
3.	Стойки и перемещения, Основные приёмы игры. Подвижные игры	1			Волейбольные мячи, свисток
4.	Стойки и перемещения. . Основные приёмы игры. Подвижные игры	1			Волейбольные мячи, свисток
5.	Стойки и перемещения .Основные приемы игры в пионербол Подвижные игры.	1			Волейбольные мячи, свисток
6.	Стойки и перемещения. Основные приемы игры в пионербол. Подвижные игры.	1			Волейбольные мячи, свисток
7.	Стойки и перемещения. Основные приемы игры в пионербол .Подвижные игры.	1			Волейбольные мячи, свисток
8.	Стойки и перемещения. . Основные приемы игры в пионербол .Подвижные игры.	1			Волейбольные мячи, свисток
9.	Учебная игра в пионербол. Подвижные игры	1			Волейбольные мячи, свисток
10.	Учебная игра в пионербол .Подвижные игры	1			Волейбольные мячи, свисток
11.	Учебная игра в пионербол. Подвижные игры	1			Волейбольные мячи, свисток
12.	Стойка и передвижения волейболиста .Верхняя передачи мяча	1			Волейбольные мячи, свисток
13.	Стойка и передвижения волейболиста .Верхняя передачи мяча.	1			Волейбольные мячи свисток
14.	Стойка и передвижения волейболиста .Верхняя передачи мяча.	1			Волейбольные мячи, свисток
15.	Нижняя передача, прием мяча в волейболе	1			Волейбольные мячи, свисток
16.	Нижняя передача, прием мяча в волейболе	1			Волейбольные мячи, свисток
17.	Нижняя передача, прием мяча в волейболе	1			Волейбольные мячи, свисток
18.	Нижняя прямая подача ,прием мяча	1			Волейбольные мячи, свисток
19.	Нижняя прямая подача ,прием мяча	1			Волейбольные мячи, свисток

20.	Нижняя прямая подача прием мяча	1			Волейбольные мячи, свисток
21.	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	1			Волейбольные мячи, свисток
22.	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	1			Волейбольные мячи, свисток
23.	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	1			Волейбольные мячи, свисток
24.	Учебная игра в волейбол по упрощенным правилам	1			Волейбольные мячи, свисток
25.	Баскетбол .Передача и ловля мяча.	1			Баскетбольные мячи, свисток
26.	Баскетбол. Передача и ловля мяча.	1			Баскетбольные мячи, свисток
27.	Ведение мяча на месте и в движении.	1			Баскетбольные мячи, свисток
28.	Ведение мяча на месте и в движении	1			Баскетбольные мячи, свисток
29.	Штрафной бросок. Ведение мяча	1			Баскетбольные мячи, свисток
30.	Штрафной бросок .Ведение мяча	1			Баскетбольные мячи, свисток
31.	Двухсторонняя игра в баскетбол по упрощенным правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток
32.	Двухсторонняя игра в баскетбол по упрощенным правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток
33.	Двухсторонняя игра в баскетбол по упрощенным правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток
34.	Двухсторонняя игра в баскетбол по упрощенным правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток

## 7 класс

№ уро ка	Содержание (разделы, темы)	Кол- во часов	Даты проведения		Оборудование инвентарь
			план	факт	
1.	Введение. Техника безопасности на занятиях. Основы теоретических знаний	1			
	Спортивные игры. Баскетбол	17			
2.	Т.Б. Правила игры в баскетбол. Ведение мяча одной рукой. Передача мяча двумя руками от груди	1			Баскетбольные мячи, свисток
3.	Стойка и передвижение игрока. Остановка прыжком. Повороты на месте	1			Баскетбольные мячи, свисток
4.	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой и передачей двумя руками от груди	1			Баскетбольные мячи, свисток
5.	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи мяча от груди, головы и плеча. Поднимание туловища. Эстафеты баскетболиста	1			Баскетбольные мячи, свисток
6.	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи мяча от груди, головы и плеча. Поднимание туловища. Эстафеты баскетболиста	1			Баскетбольные мячи, свисток
7.	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи мяча от груди, головы и плеча. Поднимание туловища. Эстафеты баскетболиста	1			Баскетбольные мячи, свисток
8.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствование передач и броска мяча. Игра в баскетбол 2х2	1			Баскетбольные мячи, свисток
9.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствование передач и броска мяча. Игра в баскетбол 2х2	1			Баскетбольные мячи, свисток
10.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствование передач и броска мяча. Игра в баскетбол 2х2	1			Баскетбольные мячи, свисток
11.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствование передач и броска мяча. Игра в баскетбол 2х2	1			Баскетбольные мячи, свисток
12.	Техника передвижения и остановок. Бросок мяча по кольцу. Вырывание, выбивание мяча. Совершенствование передач. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
13.	Техника передвижения и остановок. Бросок мяча по кольцу. Вырывание, выбивание мяча. Совершенствование передач. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток

14.	Техника передвижения и остановок. Бросок мяча по кольцу. Вырывание, выбивание мяча. Совершенствование передач. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
15.	Техника передвижения и остановок. Бросок мяча по кольцу. Вырывание, выбивание мяча. Совершенствование передач. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
16.	Двухсторонняя игра в баскетбол по правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток
17.	Двухсторонняя игра в баскетбол по правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток
18.	Двухсторонняя игра в баскетбол по правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток
	Спортивные игры. Волейбол	16			
19.	Т.Б. Основные правила игры в волейбол. Передача мяча сверху двумя руками	1			Волейбольные мячи, свисток
20.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача мяча сверху двумя руками. Приём мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола	1			Волейбольные мячи, свисток
21.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача мяча сверху двумя руками. Приём мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола	1			Волейбольные мячи, свисток
22.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача мяча сверху двумя руками. Приём мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола	1			Волейбольные мячи, свисток
23.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача мяча сверху двумя руками. Приём мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола	1			Волейбольные мячи, свисток
24.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача мяча сверху двумя руками. Приём мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола	1			Волейбольные мячи, свисток
25.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача мяча сверху двумя руками. Приём мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола	1			Волейбольные мячи, свисток

26.	Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача мяча сверху двумя руками. Приём мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола	1			Волейбольные мячи, свисток
27.	Передача мяча сверху. Приём мяча снизу. Нижняя прямая подача	1			Волейбольные мячи, свисток
28.	Передача мяча сверху. Приём мяча снизу. Нижняя прямая подача	1			Волейбольные мячи, свисток
29.	Передача мяча сверху. Приём мяча снизу. Нижняя прямая подача	1			Волейбольные мячи, свисток
30.	Передача мяча сверху. Приём мяча снизу. Нижняя прямая, боковая подача	1			Волейбольные мячи, свисток
31.	Передача мяча сверху. Приём мяча снизу. Нижняя прямая, боковая подача	1			Волейбольные мячи, свисток
32.	Игра в волейбол по упрощённым правилам	1			Волейбольные мячи, свисток
33.	Игра в волейбол по упрощённым правилам (резерв)	1			Волейбольные мячи, свисток
34.	Резерв				

## 8 класс

№ уро ка	Содержание (разделы, темы)	Кол- во часов	Даты проведения		Оборудование инвентарь
			план	факт	
1.	Введение. Техника безопасности на занятиях. Основы теоретических знаний	1			
	Спортивные игры. Баскетбол	33			
2.	Т.Б. Правила игры в баскетбол. Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
3.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
4.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
5.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
6.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
7.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
8.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
9.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
10.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием	1			Баскетбольные мячи, свисток
11.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием	1			Баскетбольные мячи, свисток
12.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием	1			Баскетбольные мячи, свисток
13.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием	1			Баскетбольные мячи, свисток
14.	Индивидуальной техники защиты. Перехват мяча	1			Баскетбольные мячи, свисток
15.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
16.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
17.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток

18.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
19.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
20.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
21.	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
22.	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
23.	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
24.	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
25.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
26.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
27.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
28.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
29.	Двухсторонняя игра в баскетбол по правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток
30.	Двухсторонняя игра в баскетбол по правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток
31.	Резерв				
32.	Резерв				
33.	Резерв				
34.	Резерв				

## 9 класс

№ уро ка	Содержание (разделы, темы)	Кол- во часов	Даты проведения		Оборудование инвентарь
			план	факт	
1.	Введение. Техника безопасности на занятиях. Основы теоретических знаний	1			
	Спортивные игры. Баскетбол	33			
2.	Т.Б. Правила игры в баскетбол. Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
3.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
4.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
5.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
6.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
7.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
8.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
9.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
10.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием	1			Баскетбольные мячи, свисток
11.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием	1			Баскетбольные мячи, свисток
12.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием	1			Баскетбольные мячи, свисток
13.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли, в прыжке) с пассивным противодействием	1			Баскетбольные мячи, свисток
14.	Индивидуальной техники защиты. Перехват мяча	1			Баскетбольные мячи, свисток
15.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
16.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
17.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток

18.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
19.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
20.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
21.	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
22.	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
23.	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
24.	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами	1			Баскетбольные мячи, свисток
25.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
26.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
27.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
28.	Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол	1			Баскетбольные мячи, свисток
29.	Двухсторонняя игра в баскетбол по правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток
30.	Двухсторонняя игра в баскетбол по правилам	1			Баскетбольные мячи, свисток
31.	Резерв				
32.	Резерв				
33.	Резерв				
34.	Резерв				