**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧЕРЕЖДЕНИЕ**

**«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 47 ГОРОДСКОГО ОКРУГА МАРИУПОЛЬ»**

**ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | СОГЛАСОВАНО:  Зам. директора  по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.С. Попова  Протокол №  от «\_\_\_\_» \_\_\_\_ 202\_\_\_ г. | УТВЕРЖДЕНО:  Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.М. Боруш  Протокол №  от «\_\_\_\_» \_\_\_\_ 202\_\_\_ г. |

‌

**Рабочая программа**

(ID 4974095)

курса внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

(физкультурно-оздоровительное направление)

для обучающихся 5,6 классов

Составитель:

учитель физкультуры

Куракулова А.Ф

**Ма****риуполь 2024**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Содержание программы курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» (физкультурно-оздоровительное направление) представлено по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

‌Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования, – 204 часов: в 5 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 6 классе – 102 часа (3 часа в неделю). На модульный блок «Базовая физическая подготовка» отводится 68 часов из общего числа (1 час в неделю в каждом классе).‌

1. **Введение**

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся  в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных*направлений внеурочной деятельности* выделено спортивно - оздоровительное направление.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал  программы  предполагает  изучение  основ  трёх  спортивных  игр: баскетбола, волейбола,  футбола  и  даётся  в  трёх  разделах: основы  знаний, общая  физическая  подготовка  и  специальная  техническая  подготовка.

Материал  по  общей  физической  подготовке  является  единым  для  всех  спортивных  игр  и  входит  в  каждое  занятие  курса.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

Предлагаемая программа по внеурочной деятельности «Спортивные игры» содержит:

- пояснительную записку, состоящую из введения, цели и задач программы;

- описание особенностей реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий;

- планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности;

-требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности;

- способы проверки результатов;

- материально-техническое обеспечение;

- тематическое планирование, состоящее из учебно-тематического  плана и содержания программы по годам обучения;

- список литературы;

- приложений:

 №1 Диагностика уровня воспитанности,

 №2 Мониторинг личностного развития ребенка в процессе освоения им дополнительной образовательной программы,

 №3 Социометрия,

 №4 Игры на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий.

Нормативно-правовой базой программы  внеурочной деятельности «Спортивные игры» являются:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

           2. ФГОС ООО,  утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;

         3. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 5 – 9 классы М. «Просвещение», 2010. (Стандарты второго поколения);

        4. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).

         5. Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.

6. Постановление Главного государственного санитарного врача  РФ от 29.12.2010 №189 (в редакции от 29.06.2011) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно - эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

7. Приказ  Минобрнауки России от 28.12.2010 №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;

8. Приказ  Минобрнауки России от 04.10.2010 №986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и учебных помещений»;

9. Основная образовательная программа основного общего образования Учреждения.

В программе отражены основные*принципы* спортивной подготовки воспитанников:

*Принцип системности* предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

*Принцип преемственности* определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах. Обеспечена   преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

*Принцип вариативности* предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника  вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

1. **Цель и задачи программы**           Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. 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.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

**Цель программы внеурочной деятельности** «Спортивные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими **задачами:**

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;

- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;

- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;

- обучение технике и тактике спортивных игр;

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;

- воспитание моральных и волевых качеств.

1. **Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий.**

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению   «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 5-6 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение  1  час в неделю в каждом из  5-6 классов, всего 34 часа в год.

Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 45 минут. Реализация данной программы в рамках внеурочной 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 здоровьесберегающих практик.

|  |  |
| --- | --- |
| **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. |

1. **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

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 исключающего 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.

**Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Личностные | Регулятивные | Познавательные | Коммуникативные |
| 1.Самоопре-деление  2.Смысло-образование | 1.Соотнесение известного и неизвестного  2.Планирование  3.Оценка  4.Способность к волевому усилию | 1.Формулирование цели  2.Выделение необходимой информации  3.Структурирование  4.Выбор эффективных способов решения учебной задачи  5.Рефлексия  6.Анализ и синтез  7.Сравнение  8.Классификации  9.Действия постановки и решения проблемы | 1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами  2.Постановка вопросов  3.Разрешение конфликтов |

***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.

1. **Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности**

**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 реализация 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 укрепление  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.

**2.2.** В ходе реализация 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.

**Основной показатель реализации программы «Спортивные игры»** - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях.

**2.3. Способы проверки результатов**

* зачеты по теоретическим основам знаний (ежегодно);
* диагностика уровня воспитанности (ежегодно) (*Приложение 1*)
* мониторинг личностного развития воспитанников (ежегодно) (*Приложение 2*);
* социометрические исследования (ежегодно) (*Приложение 3*);
* диагностирование уровня физического развития,  функциональных возможностей детей (ежегодно);
* тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (ежегодно);
* анкетирование;
* участие в соревнованиях;
* сохранность контингента;
* анализ уровня заболеваемости воспитанников.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**5 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
| **Раздел 1.** **Способы самостоятельной деятельности** | | | |
| 1.1 | Способы самостоятельной деятельности | 2 |  |
| **Раздел 2.** **Физкультурно-оздоровительная деятельность** | | | |
| 2.1 | Физкультурно-оздоровительная деятельность | 2 |  |
| **Раздел 3.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** | | | |
| 2.1 | Гимнастика (модуль "Гимнастика") | 2 |  |
| 2.2 | Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика") | 2 |  |
| 2.3 | Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") | 8 |  |
| 2.4 | Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры") | 6 |  |
| 2.5 | Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") | 6 |  |
| 2.6 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") | 6 |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной деятельности** | | | |
| 2.1 | Способы самостоятельной деятельности | 2 |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** | | | |
| 2.1 | Гимнастика (модуль "Гимнастика") | 7 |  |
| 2.2 | Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика") | 3 |  |
| 2.3 | Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры") | 4 |  |
| 2.4 | Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры") | 5 |  |
| 2.5 | Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры") | 4 |  |
| 2.6 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") | 9 |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 |  |

**6 КЛАСС** **ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**5 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата изучения** | | | | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** | **Примечание** |
| **5-А** | | **5-Б** | |
| **План** | **Факт** | **План** | **Факт** |  |  |
| 1 | Определение состояния организма | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Составление дневника по физической культуре | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 3 | Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 4 | Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 5 | Опорные прыжки | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 6 | Упражнения на гимнастической скамейке | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 7 | Бег на длинные дистанции | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 8 | Бег на короткие дистанции | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 9 | Передвижение на лыжах | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 10 | Техника ловли мяча | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 11 | Техника передачи мяча | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 12 | Ведение мяча стоя на месте | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 13 | Ведение мяча в движении | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 14 | Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Технические действия с мячом | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 16 | Технические действия с мячом | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 17 | Прямая нижняя подача мяча | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 18 | Приём и передача мяча снизу | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 19 | Приём и передача мяча сверху | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 20 | Технические действия с мячом | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 21 | Технические действия с мячом | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 22 | Технические действия с мячом | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 23 | Удар по мячу внутренней стороной стопы | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 24 | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 25 | Ведение футбольного мяча «по прямой» | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 26 | Ведение футбольного мяча «по кругу» | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 27 | Ведение футбольного мяча «змейкой» | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 28 | Обводка мячом ориентиров | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 29 | История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени. Физическая подготовка | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 30 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 31 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 32 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 33 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры | 1 |  |  |  |  |  |  |
| 34 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры | 1 |  |  |  |  |  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 |  |  |  |  |  |  |

**6 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата изучения** | | | | | |  | | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** | **Примечание** |
| **6-А** | | **6-Б** | | **6-В** | | **6-Г** | |
| **План** | **Факт** | **План** | **Факт** | **План** | **Факт** | **План** | **Факт** |  |  |
| 1 | Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | Акробатические комбинации | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | Опорные прыжки через гимнастического козла | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 | Упражнения на низком гимнастическом бревне | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | Упражнения на невысокой гимнастической перекладине | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 | Лазание по канату в три приема | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 | Упражнения ритмической гимнастики | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 | Упражнения ритмической гимнастики | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 | Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 | Спринтерский бег | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 | Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание» | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 | Передвижение в стойке баскетболиста | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 | Упражнения в ведении мяча | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Упражнения на передачу и броски мяча | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 | Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 | Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 | Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22 | Удар по катящемуся мячу с разбега | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 24 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 25 | Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 26 | История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 27 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 28 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 29 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 30 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 31 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 32 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 33 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 34 | Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1. **Материально-техническое обеспечение**

*Оборудование спортзала:*

1. Перекладина гимнастическая (пристеночная).
2. Стенка гимнастическая.
3. Комплект навесного оборудования.

(перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)

1. Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.
2. Палка гимнастическая.
3. Скакалка детская.
4. Мат гимнастический.
5. Кегли.
6. Обруч пластиковый детский.
7. Планка для прыжков в высоту.
8. Стойка для прыжков в высоту.
9. Флажки: разметочные с опорой, стартовые.
10. Рулетка измерительная.
11. Щит баскетбольный тренировочный.
12. Сетка для переноса и хранения мячей.
13. Волейбольная сетка универсальная.
14. Сетка волейбольная.
15. Аптечка.
16. Мяч малый (теннисный).
17. Гранаты для метания (500г,700г).

*Пришкольный стадион (площадка):*

1. Игровое поле для мини-футбола.

2. Площадка игровая баскетбольная.

3. Площадка игровая волейбольная.

4. Гимнастическая площадка.

5. Полоса препятствия.

*Мультимедийное оборудование:*

1. ЭОР.

2. Компьютер.

3. Мультимедийный компьютер.

*Учебно-методическое обеспечение:*

1. Рабочая программа курса.

2. Диагностический материал.

3. Разработки игр.