

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Департамент образования и науки Курганской области**

**Управление по делам образования, культуры, молодежи и спорта**

**Администрации Далматовского муниципального округа Курганской области**

**МБОУ "Крутихинская СОШ"**

РАССМОТРЕНО

на заседании  
педагогического совета

Протокол № 8

от «29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
УВР

\_\_\_\_\_  
Медякова О.В.

Протокол № 1  
от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

\_\_\_\_\_  
Межина Н.А.

Приказ № 96/1 – ОД  
от «30» августа 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**«Спортивные игры»**

**(спортивно-оздоровительное направление)**

Общеразвивающая, 2 годичная,  
для обучающихся от 11 до 15 лет

Составитель программы: Кочуров Юрий Александрович,  
учитель физической культуры.

с. Крутиха, 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная программа «**Спортивные игры**» (спортивно-оздоровительное направление ),  
общеразвивающая, 2 годичная, для обучающихся от 12 до 17 лет/ МБОУ «Крутихинская средняя общеобразовательная школа». –44 с.

*Составитель:*

**Кочуров Юрий Александрович**, учитель физической культуры высшей квалификационной категории, МКОУ «Крутихинская средняя общеобразовательная школа»  
Далматовского района, Курганской области.

*Рецензенты:*

Программа рассмотрена на заседании педагогического совета, утверждена директором школы.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеобразовательная программа «Спортивные игры» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и предназначена для учащихся 5-9 классов, реализуется в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Нормативные документы, обеспечивающие реализацию программы:

- Федеральный Закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 02.03.2016; с изм. и доп., вступ. в силу с 01.07.2016);
- приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 N 1897 (ред. от 08.11.2022) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 01.02.2011 N 19644)
- приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (в ред. от 13.12. 2013, от 28.05.2014, от 17.07.2015);
- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (в ред. изменений № 1, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.06.2011 № 85, изменений № 2, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 25.12.2013 № 72, изменений № 3, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 № 81).

### Цель:

Содействие всестороннему развитию, направленному на формирование физической культуры личности обучающихся.

Задачи, решаемые на занятиях спортивно-оздоровительной секции «Спортивные игры», являются:

#### обучающие

- \*обучающиеся получают знания об истории игр (подвижных и спортивных), правилах соревнований, собственном организме, об истории Олимпийских игр и т.д.;
- \*освоение основных двигательных действий;
- \*повышение физической и умственной работоспособности;
- \* особенности собственного организма;
- \*индивидуальные способы контроля;
- \*способы организации самостоятельных занятий, правила использования спортивного инвентаря и оборудования;
- \*правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

#### развивающие

- \*развитие основных двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости и т.д.;
- \*укрепление здоровья, содействие физическому развитию,

#### воспитывающие

\*занятиях у обучающихся воспитываются смелость, настойчивость, дисциплинированность, коммуникативность;.  
\*воспитание морально-волевых качеств.

В программу входят преимущественно подвижные игры, спортивные игры, легкоатлетические и гимнастические упражнения.

#### **Условия реализации программы.**

В спортивной секции обучаются ребята среднего школьного возраста, разной физической подготовленности, различных интересов. Важно, чтобы знания, умения и навыки приобретённые на занятиях спортивной секции «Спортивные игры» нашли своё применение в соревновательной деятельности, в активном отдыхе, в организации учебной работы.

Программа реализуется на протяжении двух лет (288часов). Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа(80 минут). В год 144 часа.

#### **Планируемые результаты:**

**Личностными результатами** освоения, учащимися содержания программы 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 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, сравнивать их с эталонными образцами;
- технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения, учащимися содержания программы являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении 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;
- 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;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

#### **Основные формы проверки знаний:**

1. Тестирование (определение уровня физической подготовленности).
2. Текущий и рубежный контроль (выполнение технических действий, учебные игры, товарищеские встречи).

Прогнозирование результатов работы (Перечень знаний, умений и навыков), формируемых при реализации программы «Спортивные игры».

В результате освоения содержания образовательной программы «Спортивные игры» обучающие должны

#### **Спортивные игры**

**Спортивные игры** в основной школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач обучения, воспитания личности школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав спортивных игр, оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

В этом возрасте закладываются базовые умения игровой деятельности, направленные на совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки, броски), игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником), необходимые при дальнейшем овладении спортивными играми в старших классах.

Программный материал состоит из различных спортивных игр: Волейбол, Бадминтон, Футбол, Баскетбол, Настольный теннис. Для подготовки к выполнению видов испытаний ВФСК «ГТО» включен раздел ОФП.

#### **Планируемый результат:**

В результате обучения ученики познакомятся со многими спортивными играми,

-воспитать у них интерес к игровой деятельности,

-умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время

-у выпускника основной школы выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортивными играми;

- сформируется представление о культуре движения;

- обучающийся сознательно научится применять физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

-обобщать и углублять знания об истории, культуре спортивных игр;

- уметь работать в коллективе.

- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях спортивными играми, оказывать первую помощь при травмах и несчастных

случаях;

- пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием.
- играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам);
- участвовать в соревновании по одному из видов спорта;
- участвовать в выполнении видов испытаний ВФСК ГТО;
- соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю, поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность, проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

## Содержание

### Разделы и темы учебного плана (288 ч.)

#### Спортивные игры (120 ч.)

##### **Волейбол (64 ч.)**

###### *Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.*

Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).

###### *Освоение техники приема и передач мяча.*

Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой, через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку.

Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.

###### *Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.*

Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках.

Игра по упрощенным правилам волейбола.

###### *Освоение техники нижней прямой подачи.*

Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки, через сетку.

Нижняя прямая подача мяча. Прием подачи.

Прием мяча, отраженного сеткой. Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки.

###### *Освоение техники прямого нападающего удара.*

Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

Прямой нападающий удар при встречных передачах.

###### *Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.*

Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар.

###### *Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.*

Комбинации из освоенных элементов: техники перемещений и владения мячом.

### ***Освоение тактики игры.***

Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0), позиционное нападение с изменением позиций игроков. Совершенствование в освоенных элементах игры. Игра в нападении в зоне 3. Игра в защите.

### **Футбол (32 ч)**

#### ***Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.***

Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Повороты. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений — перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение (обучение и совершенствование).

#### ***Освоение техники ведения мяча.***

Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и не ведущей ногой. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника.

#### ***Овладение техникой владения мячом.***

Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком, серединой лба (по летящему мячу). Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.

#### ***Освоение индивидуальной техники защиты.***

Вырывание и выбивание мяча. Игра вратаря. Перехват мяча.

#### ***Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей.***

Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

#### ***Освоение тактики игры.***

Тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

#### ***Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.***

Игра по упрощенным правилам мини-футбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам футбола. Совершенствование освоенного.

### **Бадминтон (32 ч)**

***Овладение техникой передвижений, остановок и стоек.***

Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (обучение и совершенствование).

***Освоение техники владения ракеткой.***

Хват ракетки.

***Овладение техникой владения воланом.***

Удары по неподвижному и движущемуся шарика внутренней и внешней стороной ракетки. Жонглирование. Подача. Закручивание шарика.

***Освоение индивидуальной техники защиты.***

Стойка. Игра в защите. Перехват.

***Закрепление техники перемещений, владение ракеткой и развитие координационных способностей.*** Комбинации из освоенных элементов: передвижение, удар, прием. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой .

***Освоение тактики игры.***

Тактика нападения. Игра по упрощенным правилам. Игры и игровые задания.

***Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.***

Игра по упрощенным правилам. Игры и игровые задания. Совершенствование освоенного.

***Знания о физической культуре.***

Терминология избранной спортивной игры; техника; тактика нападения и защиты. Правила и организация избранной игры (цель и смысл игры, игровое поле, количество участников, поведение игроков в нападении и защите, соблюдение основных правил игры). Правила техники безопасности.

***Самостоятельные занятия.***

Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приемов. Подвижные игры и игровые задания, приближенные к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля.

***Овладение организаторскими способностями***

Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий, приближенных к содержанию разучиваемых игр, помощь в судействе, комплектование команды, подготовка места проведения игры.

***Развитие координационных способностей:***

Ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроение двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию и ритму.

Упражнения по овладению и совершенствованию техникой перемещения и владения ракеткой; бег с изменением направления, скорости; челночный бег и др.; метания в цель различными мячами, жонглирование, упражнения на быстроту и точность реакции; прыжки в заданном ритме; всевозможные



упражнения с мячом, выполняемые также в сочетании с бегом, прыжками, акробатическими упражнениями и др. Игровые упражнения .

***Развитие выносливости.***

Эстафеты, круговая тренировка, подвижные игры с мячом, двусторонние игры длительностью от 12 до 20 мин.

***Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей***

. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из различных исходных положений; ведение мяча в высокой, средней и низкой стойках с максимальной частотой в течение 7-10 сек.; подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча; игровые упражнения с набивным мячом, в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность.

**Баскетбол (64 ч.)**

***Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.***

Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений — перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение (обучение и совершенствование).

***Освоение ловли и передач мяча.***

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), с пассивным сопротивлением соперника.

Совершенствование в освоенных упражнениях.

***Освоение техники ведения мяча.***

Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойках на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой, с пассивным сопротивлением защитника.

Совершенствование в освоенных упражнениях.

***Овладение техникой бросков мяча.***

Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника, с пассивным противодействием. Совершенствование в освоенных упражнениях. Броски одной и двумя руками в прыжке.

***Освоение индивидуальной техники защиты.***

Вырывание и выбивание мяча.

Перехват мяча.

Совершенствование в освоенных упражнениях.

***Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.***

Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.

***Закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей.***

Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

***Освоение тактики игры.***

Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».

Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1). Совершенствование уже освоенных видов взаимодействий. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 в одну корзину. Нападение быстрым прорывом (3:2). Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон». Взаимодействие трех игроков (тройка и малая восьмерка).

***Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.***

Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по правилам мини-баскетбола. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Совершенствование освоенного

**Настольный теннис (48 ч)**

***Овладение техникой передвижений, остановок и стоек.***

Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (обучение и совершенствование).

***Освоение техники владения ракеткой.***

Хват ракетки.

***Овладение техникой владения шариком.***

Удары по неподвижному и движущемуся шариком внутренней и внешней стороной ракетки. Жонглирование. Подача. Закручивание шарика.

***Освоение индивидуальной техники защиты.***

Стойка. Игра в защите. Перехват.

***Закрепление техники перемещений, владение ракеткой и развитие координационных способностей.***

Комбинации из освоенных элементов: передвижение, удар, прием. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой.

***Освоение тактики игры.***

Тактика нападения. Игра по упрощенным правилам. Игры и игровые задания.

***Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.***

Игра по упрощенным правилам. Игры и игровые задания. Совершенствование освоенного.

***Знания о физической культуре.***

Терминология избранной спортивной игры; техника ловли, передачи, ведения мяча или броска; тактика нападения (быстрый прорыв, расстановка игроков, позиционное нападение) и защиты (зональная и личная защита). Правила и организация избранной игры (цель и смысл игры, игровое поле, количество участников, поведение игроков в нападении и защите, соблюдение основных правил игры). Правила техники безопасности.

***Самостоятельные занятия.***

Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по

совершенствованию технических приемов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приемов). Подвижные игры и игровые задания, приближенные к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля.

### ***Овладение организаторскими способностями***

Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий, приближенных к содержанию разучиваемых игр, помощь в судействе, комплектование команды, подготовка места проведения игры.

### ***Развитие координационных способностей:***

Ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроение двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию и ритму.

Упражнения по овладению и совершенствованию техникой перемещения и владения мячом; бег с изменением направления, скорости; челночный бег с ведением и без ведения мяча и др.; метания в цель различными мячами, жонглирование, упражнения на быстроту и точность реакции; прыжки в заданном ритме; всевозможные упражнения с мячом, выполняемые также в сочетании с бегом, прыжками, акробатическими упражнениями и др. Игровые упражнения 2:1, 3:1, 2:2, 3:2, 3:3.

### ***Развитие выносливости.***

Эстафеты, круговая тренировка, подвижные игры с мячом, двусторонние игры длительностью от 12 до 20 мин.

### ***Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей***

. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из различных исходных положений; ведение мяча в высокой, средней и низкой стойках с максимальной частотой в течение 7-10 сек.; подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча; игровые упражнения с набивным мячом, в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность.

### **ОФП (24 ч)**

#### ***Освоение общеразвивающих упражнений без предметов на месте и в движении.***

Сочетание различных положений рук, ног, туловища. Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении, с маховыми движениями ногой, с подскоками, с приседаниями, с поворотами. Простые связки. Общеразвивающие упражнения в парах. Круговая тренировка.

#### ***Освоение общеразвивающих упражнений с предметами.***

С набивным и большим мячом, гантелями (1-3 кг), тренажерами, эспандерами.

#### ***Освоение и совершенствование висов и упоров.***

Мальчики: подтягивание в вися; поднимание прямых ног в вися. Девочки: смешанные висы, подтягивание из вися лежа.

Мальчики: отжимание в упоре; передвигание в вися. Девочки: отжимание в упоре; передвигание в вися.

#### ***Развитие координационных способностей.***

Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами; то же с различными способами ходьбы, бега, прыжков, вращений.

#### ***Развитие силовых способностей и силовой выносливости.***

Упражнения на гимнастической лестнице. Подтягивания, упражнения в висах и упорах, с гантелями, набивными мячами (обучение и совершенствование).

***Развитие скоростно-силовых способностей.***

Прыжки со скакалкой, броски набивного мяча (обучение и совершенствование).

***Развитие гибкости.***

Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами (обучение и совершенствование).

***Знания о физической культуре.***

Значение гимнастических упражнений для развития силовых способностей и гибкости; страховка и помощь во время занятий; обеспечение техники безопасности; упражнения для разогревания; основы выполнения гимнастических упражнений.

Значение гимнастических упражнений для развития координационных способностей; упражнения для самостоятельной тренировки. История античных Олимпийских игр, Олимпийских игр современности.

***Самостоятельные занятия.***

Упражнения и простейшие программы по развитию силовых, координационных способностей и гибкости с предметами и без предметов, акробатические, с использованием гимнастических снарядов.

***Овладение организаторскими способностями.***

Помощь и страховка; демонстрация упражнений; выполнение обязанностей командира отделения; установка и уборка снарядов; составление с помощью учителя простейших комбинаций упражнений. Правила соревнований.

Тестирование (8 ч.)

**Учебно-тематический план  
(288 часа).**

	Наименование раздела	Количество часов		
		Тео рия	Тео рия	Практика
	Техника безопасности. Правила соревнований	8	8	
	История спортивных игр	8	8	
	Волейбол	64		64
	Бадминтон	32		32
	Футбол	32		32
	Баскетбол	64		64
	Настольный теннис	48		48
	ОФП	24		24
	Тестирование	8		8
	Всего	288	16	272

**Календарно-тематический план**  
первого года обучения  
(144 часа)

№	Тема	Содержание		Цель занятия	Оборудование (дидактические средства)	Образовательный продукт	Методы и формы работы	Примечания
		Практическая часть	Теоретическая часть					
1	Волейбол. 2ч		Техника безопасности. Правила соревнований. История спортивных игр	Изучить инструкцию по технике безопасности. Изучить правила соревнований по волейболу. История развития волейбола.	Компьютер, презентация, список тем проектов. Наглядное пособие, иллюстрации	Навык безопасного поведения	Лекция, методы проблемного обучения, практическая работа. Информационный метод. Наглядный. Упражнения	
2	2ч	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа. Информационный метод. Наглядный. Упражнения	
3	2ч	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа. Информационный метод. Наглядный. Упражнения	
4	2ч	Передачи мяча над собой, через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа. Информационный метод. Наглядный. Упражнения	

5	2ч	Передачи мяча над собой, через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Тестирование.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия. Определение уровня ФП.	Мячи, свисток, сетка в/б, секундомер, кубики, рулетка	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
6	2ч	Прием мяча снизу двумя руками . ОФП .		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
7	2ч	Прием мяча снизу двумя руками. Тестирование.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия. Определение уровня ФП	Мячи, свисток, сетка в/б, секундомер, кубики, рулетка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
8	2ч	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки, через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием подачи.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
9	2ч	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки, через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием подачи. ОФП .		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
10	2ч	Верхняя прямая подача.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод	

				действия.			Наглядный Упражнения	
11	2ч	Верхняя прямая подача.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
12	2ч	ОФП. Прием подачи.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
13	2ч	Прием подачи.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
14	2ч	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
15	2ч	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
16	2ч	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод	

				действия.			Наглядный Упражнения	
17	2ч	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
18	2ч	ОФП. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола..		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
19	2ч	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
20	2ч	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола..		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
21	2ч	ОФП.	Техника безопасности и. Правила соревнований История спортивных игр	Изучить инструкцию по технике безопасности. Изучить правила соревнований по футболу. История развития футбола. Повышение	Компьютер, проектор, презентация, список тем проектов Наглядное пособие, иллюстрации Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Навык безопасного поведения Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	



				физической подготовленности				
22	Футбол 2ч	Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Ведение мяча по прямой, ведения без сопротивления защитника. Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Элементы техники перемещений и владения мячом.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
23	2ч	Перемещение в стойке. Повороты. Ведение мяча с изменением направления движения и скорости. Удары по неподвижному и катящемуся мячу средней частью подъема. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Игра вратаря. Перехват мяча. Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Игра по упрощенным правилам мини-футбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
24	2ч	Ведение мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам футбола. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
25	2ч	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком, серединой лба (по летящему мячу). Вбрасывание мяча из-за боковой линии с шагом. Игра вратаря Игра по упрощенным правилам футбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
26	2ч	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.. Перехват		Учить, закреплять и	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б,	Умение передвигаться.	практическая работа	

		мяча. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам футбола.		совершенствовать двигательные действия.	секундомер, зал	Умение владеть мячом.	Информационный метод Наглядный Упражнения	
27	2ч	Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
28	2ч	Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
29	2ч	Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам футбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
30	2ч	Игра по упрощенным правилам мини-футбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
31	2ч <b>Бадминтон</b> 2ч	Техника безопасности. Правила соревнований История спортивных игр	Техника безопасности. Правила соревнований История спортивных игр	Изучить инструкцию по технике безопасности. Изучить правила соревнований по бадминтону.	Компьютер, проектор, презентация, список тем проектов Наглядное пособие, иллюстрации	Навык безопасного поведения. Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

				История развития бадминтона. Повышение физической подготовленности				
32	2ч	Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед Удары по неподвижному волану		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
33	2ч	Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Повороты. с изменением направления движения и скорости Удары с близкой дистанции. Игра. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал. . Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
34	2ч	Удар по летящему волану внутренней стороной ракетки указанными способами на точность (меткость) в цель. Игры и игровые задания. Игра по упрощенным правилам.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
35	2ч	Подачи. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения воланом. Игры и игровые задания. Игра по упрощенным правилам.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
36	2ч	Подачи. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения воланом. Игры и игровые задания. Игра по упрощенным правилам. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал. . Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири,	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный	

					штанга.	Повышение физической подготовленности	Упражнения	
37	2ч	Парная игра. Совершенствование освоенного. Игра по упрощенным правилам.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
38	2ч	Игра по упрощенным правилам бадминтона. Игры и игровые задания 2:1, 2:2. Совершенствование освоенного.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
39	2ч	Игра по упрощенным правилам бадминтона. Игры и игровые задания 2:1, 2:2. Совершенствование освоенного. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	К Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
40	<b>Баскетбол</b> 2ч		Техника безопасности. Правила соревнований История спортивных игр	Изучить инструкцию по технике безопасности. Изучить правила соревнований по футболу. История развития футбола.	Компьютер, проектор, презентация, список тем проектов Наглядное пособие, иллюстрации	Навык безопасного поведения Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	Информационный метод Наглядный	
41	2ч	Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами. Повороты без мяча и с мячом.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод	

		Ловля и передача мяча двумя руками от груди без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге), Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойках на месте, в движении по прямой, Тактика свободного нападения.		действия.			Наглядный Упражнения	
42	2ч	Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами. Повороты без мяча и с мячом Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте (в парах, тройках, квадрате, круге), Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойках на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения Броски одной и двумя руками с места Тактика свободного нападения. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
43	2ч	Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Остановка прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте (в парах, тройках, квадрате, круге), Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойках на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения Броски одной и двумя руками с места Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Игра по правилам мини-баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
44	2ч	Остановка прыжком. 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), Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойках на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости; Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли). Перехват мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

		позиций игроков. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.						
45	2ч	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением соперника. Ведение с пассивным сопротивлением защитника Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли), с пассивным противодействием.. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Игра по упрощенным правилам баскетбола. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
46	2ч	Броски одной и двумя руками в прыжке. Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Нападение быстрым прорывом (2:1). Совершенствование освоенных видов взаимодействий. Игра по упрощенным правилам баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
47	2ч	Броски одной и двумя руками в прыжке. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 в одну корзину. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
48	2ч	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника, с пассивным противодействием. Перехват мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 в одну корзину. Нападение быстрым прорывом (3:2). Игра по упрощенным правилам баскетбола. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

49	2ч	Вырывание и выбивание мяча. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по правилам мини-баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
50	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Нападение быстрым прорывом (3:2). Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по правилам мини-баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
51	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон». Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам баскетбола. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
52	2ч	Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон». Взаимодействие трех игроков (тройка и малая восьмерка). Игра по упрощенным правилам баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
53	2ч	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 в одну корзину. Игра по упрощенным правилам баскетбола		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
54	2ч	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 в одну корзину. Игра по упрощенным правилам баскетбола. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

55	2ч	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон». Игра по упрощенным правилам баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
56	2ч	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.		
57	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам баскетбола. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
58	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
59	<b>Настольный теннис</b> 2ч		Техника безопасности и. Правила соревнований История спортивных игр	Изучить инструкцию по технике безопасности. Изучить правила соревнований по настольному теннису. История развития настольного тенниса.	Компьютер, проектор, презентация, список тем проектов Наглядное пособие, иллюстрации	Навык безопасного поведения	практическая работа Информационный метод Наглядный	
60	2ч	Стойка игрока. Хват ракетки. Удары по неподвижному шару		Учить, закреплять и	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол	Умение передвигаться.	практическая работа	



		внутренней и внешней стороной ракетки. Игры и игровые задания ОФП		совершенствовать двигательные действия.	н/тенниса, ракетки, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга	Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	Информационный метод Наглядный Упражнения	
61	2ч	Стойка игрока. Хват ракетки. Удары по неподвижному и движущемуся шару внутренней и внешней стороной ракетки. Игры и игровые задания.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
62	2ч	Удары по неподвижному и движущемуся шару внутренней и внешней стороной ракетки. Игры и игровые задания		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.		
63	2ч	Перемещение в стойке. Хват ракетки. Удары по неподвижному и движущемуся шару внутренней и внешней стороной ракетки. Жонглирование Стойка. Игра в защите. Игра по упрощенным правилам. Игры и игровые задания. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
64	2ч	Перемещение в стойке. Хват ракетки. Удары по неподвижному и движущемуся шару внутренней и внешней стороной ракетки. Жонглирование. Стойка. Игра в защите. Игры и игровые задания.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
65	2ч	Перемещение в стойке. Жонглирование .Тактика нападения. Игра. Игры и игровые задания. <b>Тестирование</b>		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал, кубики, рулетка.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
66	2ч	Жонглирование. Стойка. Тактика нападения. Игра. Игры и игровые задания. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки,	Умение передвигаться. Умение владеть	практическая работа Информационный	

				ть двигательные действия.	секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга	мячом. Повышение физической подготовленности	метод Наглядный Упражнения	
67	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (обучение и совершенствование). Поддача. Закручивание шарика. Игра в защите. Перехват. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой. Игры и игровые задания. <b>Тестирование</b>		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал, кубики, рулетка.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
68	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (обучение и совершенствование). Поддача. Закручивание шарика. Игра в защите. Перехват. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой. Игры и игровые задания.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
69	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (обучение и совершенствование). Поддача. Закручивание шарика. Игра в защите. Перехват. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой Игры и игровые задания. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
70	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой. Тактика нападения. Игра. Игры и игровые задания.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
71	2ч	Комбинации из освоенных элементов: передвижение, удар, прием. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой. Тактика нападения. Игра. Игры и игровые задания.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

72	2ч	Комбинации из освоенных элементов: передвижение, удар, прием. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой. Тактика нападения. Игры и игровые задания. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарик и тенниса, стол тенниса, ракетки, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
----	----	---	--	---	---	---	---	--

**Календарно-тематический план**  
второго года обучения  
(144 часа)

№	Тема	Содержание		Цель занятия	Оборудование (дидактические средства)	Образовательный продукт	Методы и формы работы	Примерные сроки
		Практическая часть	Теоретическая часть					
1	Волейбол. 2ч		Техника безопасности. Правила соревнований. История спортивных игр	Изучить инструкцию по технике безопасности. Изучить правила соревнований по волейболу. История развития волейбола.	Компьютер, презентация, список тем проектов Наглядное пособие, иллюстрации	Навык безопасного поведения	Лекция, методы проблемного обучения, практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
2	2ч	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
3	2ч	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

						подготовленности		
4	2ч	Передачи мяча над собой, через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
5	2ч	Передачи мяча над собой, через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Тестирование.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия. Определение уровня ФП.	Мячи, свисток, сетка в/б, секундомер, кубики, рулетка	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
6	2ч	Прием мяча снизу двумя руками . ОФП .		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
7	2ч	Прием мяча снизу двумя руками. Тестирование.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия. Определение уровня ФП	Мячи, свисток, сетка в/б, секундомер, кубики, рулетка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
8	2ч	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки, через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием подачи.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
9	2ч	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки, через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием подачи. ОФП .		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные	Мячи, свисток, сетка в/б. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод	

				действия.		Повышение физической подготовленности	Наглядный Упражнения	
10	2ч	Верхняя прямая подача.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
11	2ч	Верхняя прямая подача.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
12	2ч	ОФП. Прием подачи.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
13	2ч	Прием подачи.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
14	2ч	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
15	2ч	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные	Мячи, свисток, сетка в/б Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод	

				действия.		Повышение физической подготовленности	Наглядный Упражнения	
16	2ч	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
17	2ч	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
18	2ч	ОФП. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола..		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
19	2ч	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
20	2ч	Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Игра по упрощенным правилам волейбола..		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Мячи, свисток, сетка в/б	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
21	2ч	ОФП.	Техника безопасности и. Правила соревнований	Изучить инструкцию по технике безопасности.	Компьютер, проектор, презентация, список тем проектов Наглядное пособие,	Навык безопасного поведения Умение	практическая работа Информационный метод	

			й История спортивных игр	Изучить правила соревнований по футболу. История развития футбола. Повышение физической подготовленнос ти	иллюстрации Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	передвигаться. Умение владеть мячом.	Наглядный Упражнения	
22	Футбол 2ч	Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Ведение мяча по прямой, ведение без сопротивления защитника. Удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Элементы техники перемещений и владения мячом.		Учить, закреплять и совершенствов ать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
23	2ч	Перемещение в стойке. Повороты. Ведение мяча с изменением направления движения и скорости. Удары по неподвижному и катящемуся мячу средней частью подъема. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Игра вратаря. Перехват мяча. Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Игра по упрощенным правилам мини-футбола.		Учить, закреплять и совершенствов ать двигательные действия	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
24	2ч	Ведение мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам футбола. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствов ать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленнос ти	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

25	2ч	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком, серединой лба (по летящему мячу). Вбрасывание мяча из-за боковой линии с шагом. Игра вратаря. Игра по упрощенным правилам футбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
26	2ч	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Перехват мяча. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам футбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
27	2ч	Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
28	2ч	Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
29	2ч	Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам футбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
30	2ч	Игра по упрощенным правилам мини-футбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи ф/б, ворота ф/б, секундомер, зал Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	



						подготовленности		
31	2ч <b>Бадминтон</b> 2ч	Техника безопасности. Правила соревнований История спортивных игр	Техника безопасности. Правила соревнований История спортивных игр	Изучить инструкцию по технике безопасности. Изучить правила соревнований по бадминтону. История развития бадминтона. Повышение физической подготовленности	Компьютер, проектор, презентация, список тем проектов Наглядное пособие, иллюстрации	Навык безопасного поведения. Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
32	2ч	Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед Удары по неподвижному волану		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
33	2ч	Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Повороты. с изменением направления движения и скорости Удары с близкой дистанции. Игра. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал. . Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
34	2ч	Удар по летящему волану внутренней стороной ракетки указанными способами на точность (меткость) в цель. Игры и игровые задания. Игра по упрощенным правилам.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

35	2ч	Подачи. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения воланом. Игры и игровые задания. Игра по упрощенным правилам.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
36	2ч	Подачи. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения воланом. Игры и игровые задания. Игра по упрощенным правилам. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал. . Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
37	2ч	Парная игра. Совершенствование освоенного. Игра по упрощенным правилам.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
38	2ч	Игра по упрощенным правилам бадминтона. Игры и игровые задания 2:1, 2:2. Совершенствование освоенного.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
39	2ч	Игра по упрощенным правилам бадминтона. Игры и игровые задания 2:1, 2:2. Совершенствование освоенного. ОФП.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	К Конусы, свисток, воланы, ракетки, сетка, площадка, секундомер, зал. . Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой, воланом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
40	<b>Баскетбол</b> 2ч		Техника безопасности и. Правила соревнований	Изучить инструкцию по технике безопасности.	Компьютер, проектор, презентация, список тем проектов Наглядное пособие,	Навык безопасного поведения Умение	Информационный метод Наглядный	

			й История спортивных игр	Изучить правила соревнований по футболу. История развития футбола.	иллюстрации	передвигаться. Умение владеть мячом.		
41	2ч	Стойка игрока. Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами. Повороты без мяча и с мячом. Ловля и передача мяча двумя руками от груди без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге), Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойках на месте, в движении по прямой, Тактика свободного нападения.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
42	2ч	Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами. Повороты без мяча и с мячом Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте (в парах, тройках, квадрате, круге), Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойках на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения Броски одной и двумя руками с места Тактика свободного нападения. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
43	2ч	Перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Остановка прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте (в парах, тройках, квадрате, круге), Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойках на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения Броски одной и двумя руками с места Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Игра по правилам мини-баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

44	2ч	<p>Остановка прыжком.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), .</p> <p>Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойках на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости;</p> <p>Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли).</p> <p>Перехват мяча.</p> <p>Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков.</p> <p>Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.</p>		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
45	2ч	<p>Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением соперника.</p> <p>Ведение с пассивным сопротивлением защитника</p> <p>Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли), с пассивным противодействием..</p> <p>Нападение быстрым прорывом (1:0).</p> <p>Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».</p> <p>Игра по упрощенным правилам баскетбола. ОФП</p>		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
46	2ч	<p>Броски одной и двумя руками в прыжке.</p> <p>Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.</p> <p>Нападение быстрым прорывом (2:1).</p> <p>Совершенствование освоенных видов взаимодействий.</p> <p>Игра по упрощенным правилам баскетбола.</p>		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
47	2ч	<p>Броски одной и двумя руками в прыжке.</p> <p>Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.</p> <p>Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 в одну корзину. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам баскетбола.</p>		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

48	2ч	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника, с пассивным противодействием. Перехват мяча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 в одну корзину. Нападение быстрым прорывом (3:2). Игра по упрощенным правилам баскетбола. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
49	2ч	Вырывание и выбивание мяча. Перехват мяча. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по правилам мини-баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
50	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Нападение быстрым прорывом (3:2). Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по правилам мини-баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
51	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон». Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по упрощенным правилам баскетбола. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
52	2ч	Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон». Взаимодействие трех игроков (тройка и малая восьмерка). Игра по упрощенным правилам баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
53	2ч	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 в одну корзину. Игра по упрощенным правилам баскетбола		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод	

				действия.			Наглядный Упражнения	
54	2ч	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 в одну корзину. Игра по упрощенным правилам баскетбола. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
55	2ч	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон». Игра по упрощенным правилам баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
56	2ч	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.		
57	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам баскетбола. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
58	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Игра по упрощенным правилам баскетбола.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, мячи б/б, кольца б/б, щиты, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть мячом.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
59	<b>Настольный теннис</b> 2ч		Техника безопасности и. Правила соревнования	Изучить инструкцию по технике безопасности. Изучить	Компьютер, проектор, презентация, список тем проектов Наглядное пособие, иллюстрации	Навык безопасного поведения	практическая работа Информационный метод Наглядный	

			История спортивных игр	правила соревнований по настольному теннису. История развития настольного тенниса.				
60	2ч	Стойка игрока. Хват ракетки. Удары по неподвижному шару внутренней и внешней стороной ракетки. Игры и игровые задания ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шары настольного тенниса, стол настольного тенниса, ракетки, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
61	2ч	Стойка игрока. Хват ракетки. Удары по неподвижному и движущемуся шару внутренней и внешней стороной ракетки. Игры и игровые задания.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шары настольного тенниса, стол настольного тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
62	2ч	Удары по неподвижному и движущемуся шару внутренней и внешней стороной ракетки. Игры и игровые задания		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шары настольного тенниса, стол настольного тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.		
63	2ч	Перемещение в стойке. Хват ракетки. Удары по неподвижному и движущемуся шару внутренней и внешней стороной ракетки. Жонглирование Стойка. Игра в защите. Игра по упрощенным правилам. Игры и игровые задания. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шары настольного тенниса, стол настольного тенниса, ракетки, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
64	2ч	Перемещение в стойке. Хват ракетки. Удары по неподвижному и движущемуся шару внутренней и внешней стороной ракетки. Жонглирование. Стойка. Игра		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шары настольного тенниса, стол настольного тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный	

		в защите. Игры и игровые задания.					Упражнения	
65	2ч	Перемещение в стойке. Жонглирование .Тактика нападения. Игра. Игры и игровые задания. <b>Тестирование</b>		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал, кубики, рулетка.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
66	2ч	Жонглирование. Стойка. Тактика нападения. Игра. Игры и игровые задания. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
67	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (обучение и совершенствование). Подача. Закручивание шарика. Игра в защите. Перехват. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой. Игры и игровые задания. <b>Тестирование</b>		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал, кубики, рулетка.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
68	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (обучение и совершенствование). Подача. Закручивание шарика. Игра в защите. Перехват .Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой. Игры и игровые задания.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
69	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (обучение и совершенствование). Подача. Закручивание шарика. Игра в защите. Перехват. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой Игры и игровые задания. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
70	2ч	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой. Тактика		Учить, закреплять и	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол	Умение передвигаться.	практическая работа	



		нападения. Игра. Игры и игровые задания.		совершенствовать двигательные действия.	н/тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение владеть ракеткой.	Информационный метод Наглядный Упражнения	
71	2ч	Комбинации из освоенных элементов: передвижение, удар, прием. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой. Тактика нападения. Игра. Игры и игровые задания.		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал.	Умение передвигаться. Умение владеть ракеткой.	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	
72	2ч	Комбинации из освоенных элементов: передвижение, удар, прием. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения ракеткой. Тактика нападения. Игры и игровые задания. ОФП		Учить, закреплять и совершенствовать двигательные действия.	Конусы, свисток, шарики н/тенниса, стол н/тенниса, ракетки, секундомер, зал. Скакалка, мат, турник, скамейка, стенка, гири, штанга	Умение передвигаться. Умение владеть мячом. Повышение физической подготовленности	практическая работа Информационный метод Наглядный Упражнения	

### КОНТРОЛЬ УРОВНЯ ОБУЧЕННОСТИ

Текущий и рубежный контроль за уровнем освоения программы обеспечивается в процессе занятий.

Тестирование физической подготовленности определяется в начале (сентябрь, октябрь) и в конце (апрель, май) учебного года.

### ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (текст)	Возраст лет	Уровень					
				Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
				Мальчики			Девочки		
1.	Скоростные	Бег 30 м, сек.	12	6,3 и выше	6,1-5,5	5,0 и выше	6,4 и выше	6,3-5,7	5,1 и ниже
			13	6	5,8-5,4	4,9	6,2	6,0-5,4	5
			14	5,9	5,6-5,2	4,8	6,3	6,2-5,5	5
			15	5,8	5,5-5,1	4,7	6,1	5,9-5,4	4,9
			16-17	5,5	5,3-4,9	4,5	6	5,8-5,3	4,9
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м,	12	9,7 и выше	9,3-8,8	8,5 и ниже	10,1 и выше	9,7-9,3	8,9 и ниже
			13	9,3	9,0-8,6	8,3	10	9,6-9,1	8,8
			14	9,3	9,0-8,6	8,3	10	9,5-9,0	8,7

		сек.	15	9	8,7-8,3	8	9,9	9,4-9,0	8,6	
			16-17	8,6	8,4-8,0	7,7	9,7	9,3-8,8	8,5	
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	12	140 и ниже	160-180	195 и выше	130 и выше	150-175	185 и выше	
			13	145	165-180	200	135	155-175	190	
			14	150	170-190	205	140	160-180	200	
			15	160	180-195	210	145	160-180	200	
			16-17	175	190-205	220	155	165-185	205	
4.	Выносливость	6-минутный бег, м	12	900 и менее	1000-1100	1300 и выше	700 и выше	850-1000	1100 и выше	
			13	950	1100-1200	1350	750	900-1050	1150	
			14	1000	1150-1250	1400	800	950-1100	1200	
			15	1050	1200-1300	1450	850	1000-1150	1250	
			16-17	1100	1250-1350	1500	900	1050-1200	1300	
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	12	2 и ниже	6-8	10 и выше	4 и ниже	8-10	15 и выше	
			13	2	6-8	10	5	9-11	16	
			14	2	5-7	9	6	10-12	18	
			15	3	7-9	11	7	12-14	20	
			16-17	4	8-10	12	7	12-14	20	
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз;	12	1	4-5	6 и выше	-	-	-	
			13	1	4-6	7	-	-	-	
			14	1	5-6	8	-	-	-	
			15	2	6-7	9	-	-	-	
			16-17	3	7-8	10	-	-	-	
			на низкой перекладине из виса лежа (девочки), кол-во раз	12	-	-	-	4 и ниже	10-14	19 и выше
				13	-	-	-	4	11-15	20
				14	-	-	-	5	12-15	19
				15	-	-	-	5	13-15	17
				16-17	-	-	-	5	12-13	16

**Методическое обеспечение программы  
УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

	<b>Гимнастика</b>	
1	Стенка гимнастическая	8
2	Мат гимнастический	3
3	Перекладина гимнастическая	1

4	Скамейка гимнастическая жесткая	3
5	Комплект навесного оборудования	Навесная перекладина (4шт.), брусья навесные (2 шт.)
6	Маты гимнастические	8шт.
7	Мяч набивной (1 кг, 2кг, 3кг)	комплект
8	Мяч малый (теннисный)	6 шт.
9	Скакалка гимнастическая	10 шт
10	Обруч гимнастический	10шт.
	<b>Спортивные игры</b>	
11	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	1
12	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	1к.
13	Мячи баскетбольные	8
14	Жилетки игровые с номерами	
15	Сетка волейбольная	1
16	Мячи волейбольные	8
17	Мячи футбольные	5
18	Ворота футбольные	2
19	Ракетки н. тенниса	10
20	Шарики н. тенниса	комплект
22	Волан	комплект
23	Ракетки бадминтон	комплект
	<b>Средства до врачебной помощи</b>	
24	Аптечка медицинская	1
	<b>Дополнительный инвентарь</b>	
25	Доска аудиторная с магнитной поверхностью	1
26	Спортивный зал игровой	1
27	Кабинет учителя	1
28	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	1
29	Легкоатлетическая дорожка	1
30	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	1
31	Площадка игровая волейбольная	1

Информационные источники.

**Литература**

Литература для педагога

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов Автор: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич - М: Просвещение, 2010 -128с.
  2. Настольная книга учителя физической культуры / Под редакцией профессора Л.Б. Кофмана; Автор-составитель Г.И. Погадаев, учитель-методист, кандидат педагогических наук, член Федерального экспертного совета общего и профессионального образования МО РФ.-М: Физкультура и спорт, 1998.-496с.
  3. Спортивные игры техника, тактика, методика обучения: учебник для студентов высших педагогических учебных заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков; Под редакцией Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова.-М: Издательский центр «Академия», 2002. - 520с.
  4. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов, пособие для учителя/ В.И. Лях, Г.Б. Мейксон, Ю.А. Копылов; Под редакцией В.И. Ляха, Г.Б. Мейксона. - 3-е издание. - М: Просвещение, 2002, \_ 192с.
  5. Баскетбол: первые шаги 100 упражнений и советов для юных игроков/ Н. Сортэл; Пер. с англ. - М: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство» Астрель», 2002. - 240с.
  6. Баскетбол - навыки и упражнения: пер. с англ. / Джерри В. Краузе, Дон Мейер, Джерри Мейер. - М.: АСТ: Астрель, 2006. - 211с.
  7. Волейбол. Шаги к успеху: Пер. с англ. / Барбара Л. Виера, Бонни Джил Фергюсон. - М: ООО «Издательство АСТ». ООО «Издательство Астрель», 2004. 161с.
  8. методические рекомендации к программе физического воспитания с оздоровительной направленностью учащихся 1-9 классов общеобразовательных школ Курганской области /Штода Л.З., Филиппова И.Б., Шаламова Е.Ю./ Институт повышения квалификации и переподготовки работников образования Курганской области. - Курган, 2004. - 131с.
- Интернет-ресурсы:  
 -<http://www.minstm.gov.ru>  
 -<http://www.mon.gov.ru>  
 -<http://www.ed.gov.ru>  
 -<http://www.olympic.ru>  
 -<http://www.olympic.ru>  
 -<http://www.school.edu.ru>  
 -<http://www.schoolpress.ru>  
 -<http://www.spo.1september.ru>

#### Литература для обучающихся и родителей

1. Волейбол. Методическое пособие по обучению игре. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А., Чачин А.В./ М.: Тера-спорт, Олимпия Пресс, 2005. - 112с.
2. Журналы «Физкультура в школе»1986- 2010 г.
3. Журнал «Физкультура и спорт»
4. . Журнал «Спорт в школе»
5. Спортивный календарь.