

муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Залининская средняя общеобразовательная школа»
Октябрьского района Курской области

РАССМОТРЕНА
на заседании МО учителей
художественно-
эстетического цикла, ОБЖ и
физической культуры
от «28» августа 2024 года
Протокол №1
Руководитель МО
Бушуева Н.А.

ПРИНЯТА
На заседании педагогического
совета школы
От «29» августа 2024 года
Протокол №1
Председатель педагогического
совета Т.И. Рудакова

ВВЕДЕНА В ДЕЙСТВИЕ
приказом по
МКОУ «Залининская СОШ»
От «29» августа 2024 года
№ 99
Директор школы
Т.И. Рудакова



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
5 класс**

Разработала:

Бушуева Наталья
Александровна,

учитель физической
культуры
высшей квалификационной
категории

Дьяконово 2024

1.Содержание курса Учебно-тематический план

№	Название раздела	Общее количество часов
1	Русская лапта	14
2	Баскетбол	11
3	Волейбол	11

ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

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

Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий старт и бег со старта по команде. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, бег до 8 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, с места, со скакалкой, с высоты до 40 см, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель. метание на дальность отскока от стены, щита. Лазание по гимнастической стенке.

РУССКАЯ ЛАПТА (14 часов)

История возникновения лапты. Развитие русской лапты, мини-лапты России.

Правила игры в русскую лапту. Жесты судей.

Стартовая стойка, положение ног, туловища, рук игроков, располагающихся в поле. Стойка игрока подающего мяч. Перемещение боком, спиной, лицом: шаги, скачок, прыжок, бег, остановка. Сочетание способов перемещения.

Ловля мяча. Ловля мяча двумя руками: мяч, летящий на уровне груди, мяч, летящий выше головы; мяч, прыгающий на площадке; мячи, летящие слева и справа на разных уровнях, на расстоянии вытянутых рук. Ловля мяча из положения лёжа, стоя, боком, сидя на площадке. Ловля мяча летящего свечой. Ловля мяча одной рукой: правой и левой руками с близкого расстояния, с дальнего расстояния. Ловля одной рукой мяча, летящего выше головы; мяча, летящего в 2-х м от игрока влево и вправо. Ловля мяча из положения, стоя спиной к бросающему мяч, стоя боком, сидя, лёжа на площадке.

Выполнение передачи мяча. Передача мяча с близкого расстояния, со среднего расстояния, с дальнего расстояния на точность. Выполнение передачи мяча на точность, стоя спиной к партнёру. Выполнение передачи мяча с места, в движении, с поворотом, с кувырком. Передачи мяча сидя, лёжа на полу. Выполнение передачи мяча на звуковой сигнал. Передача мяча из-за спины, сбоку, снизу и обратной рукой.

Осаливание (бросок мяча в соперника). Бросок мяча на точность по крупным и небольшим мишеням, стоя лицом и спиной к мишеням. Броски мяча по движущимся мишеням. Броски мяча в движении, в прыжке, с поворотом по неподвижным мишеням. Броски с разных дистанций. Бросок мяча в игрока, совершающего финт или увёртывание. Броски мяча правой и левой руками по движущимся целям.

Переосаливание. Поднять мяч после броска соперника и сделать обратный бросок (осаливание).

Подача мяча. подача мяча на различные высоты (от 50см до 3 м). подача мяча за счёт ног за счёт маха руки (подкидывая мяч на различную высоту, стараться, чтобы мяч попадал в круг подачи). подача мяча на точность приземления.

Стартовая стойка, положение ног, туловища, рук игроков, бьющих ударом «сверху», «сбоку», «свечей». Стартовая стойка игрока, готовящегося к перебежке (высокий старт).

Удар сверху. Выбор биты. Способы держания биты (хват). Способы удара битой: кистевой, локтевой, плечевой. Удары в заднюю зону. Ложные замахи для удара в противоположную сторону. Удары, посылающие мяч по высокой траектории. Подбивание мяча плоской битой. Удар сбоку. Выбор биты. Способы держания биты (хват). Количество попаданий битой по мячу, привязанному к перекладине футбольных ворот на верёвке или резине. Удары на дальность. Удар битой на расстояние 10м (удар «подставкой»). Удар после, которого мяч летит по низкой траектории. Удар по мячу, после которого мяч летит по высокой траектории. Удар по мячу, подброшенному на 50см, 1 м, 1.5 м. Удары битой на заданное расстояние. Удары битой в заданные зоны. Удар «свечей». Выбор биты. Способы держания биты. Удары по низко подброшенному мячу. Удары по высоко подброшенному мячу. Удары в заданные зоны. Удары на точность приземления. Удары, посылающие мяч вблизи контрольной линии.

Перебежки. Перемещение лицом, боком, спиной вперёд: шаги, прыжки, бег, остановка. Сочетание способов перемещения. Старты на 30 м, 60 м, с максимальной скоростью. Бег 100 м с разделительным стартом (пробежать 50 м со средней скоростью, развернуться и оставшиеся 50 м бежать с максимальной скоростью в обратном направлении).

Челночный бег 10х10. Пробежки коротких отрезков с максимальной скоростью из разнообразных исходных положений (лёжа, сидя, стоя спиной), обегая на пути различные препятствия. Зигзагообразный бег и по дуге.

Акробатические упражнения. различные виды кувырков. Упражнения по самостраховке при падении.

Прыжки. Прыжки толчком одной ногой, двумя ногами. разнообразные прыжки: в длину, в высоту.

Самоосаливание. Бег по коридору, ограниченному двумя линиями, расстояние между ними 1 м. Бег 100 м (50 м по коридору вперёд с максимальной скоростью, развернуться, 50 м обратно, при этом бегущий не должен наступить на линии ограничивающие коридор).

Индивидуальные действия. Выбор места для ловли мяча при ударе («сверху», «сбоку», «свеча»). Действия защитника:

1. при пропуске мяча, летящего в его сторону
2. при страховке своих партнёров при ударе сверху
3. при выборе места для осаливания перебежчика
4. при выборе места для получения мяча от партнёра
5. при обратном переосаливании
6. при расположении нападающего за линией кона
7. при перебежке нападающих

Групповые действия. Действия группы защитников передней линии при ударах сверху.

Действия игроков задней линии при ударах сбоку.

Взаимодействие подающего, центрального правого, (левого) дальнего защитников при выполнении перебежки с линии дома.

Взаимодействие дальнего (левого, правого), центрального, подающего при выполнении перебежки с линии кона.

Действия группы защитников при пропуске мяча за боковую линию. Взаимодействие игроков передней и задней линии при ударах «свеча». Взаимодействие игроков при осаливании перебежчика.

Командные действия. Система игры в защите. Действия команды: 1. При ударе «сверху»; 2. При ударе сбоку и свечей; 3. Проигрывающий матч; 4. в случаях, когда у нападающих остался один игрок, имеющий право на удар

5.при одиночных перебежках соперника

6.при групповых перебежках соперника

7.при ударе, когда мяч улетает за боковую линию

8.самоосаливание соперника

Индивидуальные действия.

Выбор удара («сверху», «сбоку», «свеча») при той или иной ситуации. Направление удара (влево, вправо и по центру). Действия перебежчика при осаливании его партнёра. Действия перебежчика, которого осаливает противник, в случае, когда партнёры приносят своей команде очки. Действия нападающего при выносе мяча защитником за линию дома. Выбор места для перебежки. Действия подающего при ошибках защитников.

Групповые действия. Групповые перебежки за линию кона, за линию дома. Виды групповых перебежек (однонаправленные, разнонаправленные, веером). Групповая перебежка команды, имеющей в ходе встречи меньшее количество очков.

Командные действия при игре в нападении,

1.преимущественное использование игроками ударов способом «сверху».

2.преимущественное использование игроками ударов способом «свечой».

3.преимущественное использование игроками дальних боковых ударов.

Расстановка игроков в порядке очерёдности и пробития ударов. Действия команды, проигрывающей в конце встречи от 1-12 очков. Действия команды, выигрывающей в ходе встречи с небольшим преимуществом, с большим преимуществом. Действия команды в случае, когда есть только один игрок, имеющий право на удар.

Учебно-тренировочная игра. Выполнение установок тренера.

Двухсторонняя игра: игра в русскую лапту, выполнение определенных установок тренера.

БАСКЕТБОЛ (11 часов)

История развитие баскетбола в России.

Правила игры в баскетбол. Жесты судей.

Ведение мяча, ловли и передача мяча, броски в корзину.

Ведение мяча, ловля и передачи мяча, финты, эстафеты с ведением мяча. Учебная игра.

Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны. Игра «10 передач».

Упражнения с мячом по заданию, финты, заслоны, техника игры в защите. Учебная игра.

Передачи мяча двумя руками от груди, техника игры в защите, учебная игра в стритбол.

Броски мяча в кольцо двумя руками от груди со средней дистанции.

Игра по упрощенным правилам.

Эстафеты с элементами баскетбола.

Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.

ВОЛЕЙБОЛ (11 часов)

Развитие волейбола России.

Правила игры в волейбол. Жесты судей.

Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу - сверху в парах.

Передача мяча двумя руками сверху после перемещения. Подвижная игра «Спираль».

Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча).

Верхняя и нижняя передачи мяча на точность после перемещения. Учебная игра в пионербол.

Отбивание мяча кулаком через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «Охотники и утки».

Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6,3,4 и 6,3,2. Учебная игра по упрощенным правилам.

Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием.

Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Пионербол с элементами волейбола.

Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола.

Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?»

2. Требования к результатам обучения

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия игровыми видами спорта для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. При занятиях игровыми видами спорта стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног. Игровые виды спорта развивают такие жизненно важные качества как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций на переменах и при всех видах физической активности. Соревновательный элемент в игровых видах спорта способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Игровые виды спорта позволяют выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных

дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В области физической культуры:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнениями с мячом, активное использование спортивных игр в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий игровыми видами спорта.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета. Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий игровыми видами спорта.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий.

3. Планируемые результаты изучения учебного предмета

В результате изучения дисциплины школьники должны:

Знать:

- правила игры, основные приемы техники игры в различных видах спорта,
- простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия,
- историю развития данных видов в России и в мире.
- правила судейства в изучаемых спортивных играх.

Уметь:

- выполнять основные приемы техники игры и применять их в игре;
- соблюдать на практике правила игры, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта;
- соблюдать правила взаимодействия в процессе спортивной игры;
- осуществлять рефлексию в ходе и по окончании игровой деятельности.

4. Календарно-тематическое планирование

Дата проведения		№	Тема	Количество часов	Планируемые результаты обучения (Л. – личностные, М. – метапредметные П. – предметные)	Оборудование
план.	факт.					
Русская лапта – 8 часов						
		1	Техника безопасности при занятиях русской лаптой. Развитие русской лапты в России.	1	<p>П. – уметь быть дисциплинированным на занятиях русской лаптой.</p> <p>М. – Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, знакомство с русской лаптой;</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.</p> <p>Л. – проявлять дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении целей .</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p>
		2	Правила игры в русскую лапту	1	<p>П. – знать правила игры в русскую лапту.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, знакомство с правилами игры.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>

					<p>Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.</p> <p>Л. – проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения игры.</p>	
		3	<p>Стартовая стойка.</p> <p>Способы перемещения.</p> <p>Ловля мяча.</p> <p>Выполнение передачи.</p>	1	<p>П. – уметь ловить мяч и выполнять передачи.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, способы перемещения.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – проявлять учебные мотивы..</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>
		4	<p>Осаливание, переосаливание, самоосаливание, перебежки.</p>	1	<p>П. – уметь выполнять осаливание, переосаливание, самоосаливание, перебежки.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, способы перемещения, осаливания, переосаливания, самоосаливания.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – уметь организовывать содержательные моменты школьной действительности и адекватного представления о качествах хорошего ученика.</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>

		5	Подача мяча. Удары сверху и сбоку.	1	<p>П. – уметь выполнять подачу мяча и выполнять удары сверху и сбоку.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, подача мяча, удары сверху и сбоку.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – учебно-познавательный интерес к способам решения поставленных задач.</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>
		6	Подача мяча. Удар «свечей».	1	<p>П. – уметь выполнять подачи мяча и выполнять удар свечей.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, подач мяча, ударов.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности.</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>
		7	Действие игроков в нападении и защите	1	<p>П. – уметь работать в группе, исправлять ошибки одноклассников.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, учебной игры.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>

					<p>планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности.</p>	
		8	Учебная игра.	1	<p>П. – уметь работать в группе, исправлять ошибки одноклассников.</p> <p>М. - Р.: использовать игровые действия русской лапты для развития физических качеств.</p> <p>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.</p> <p>К.: соблюдать правила безопасности.</p> <p>Л. – стремление преодолевать себя.</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>
Волейбол – 11 часов						
		9	Техника безопасности при игре в волейбол. Стойки с перемещением и исходными положениями. Техника передачи мяча снизу – сверху в парах.	1	<p>П. – уметь быть дисциплинированным на занятиях волейболом; выполнять передачи мяча снизу, сверху в парах.</p> <p>М. – Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, знакомство с правилами волейбола;</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.</p> <p>Л. – проявлять дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении целей .</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>

		10	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.	1	<p>П. – уметь выполнять передачу мяча двумя руками сверху после перемещения.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, знакомство с правилами игры.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.</p> <p>Л. – проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения игры.</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>
		11	Верхняя и нижняя передача мяча в парах.	1	<p>П. – уметь выполнять верхнюю и нижнюю передачи мяча в парах.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, способы передачи мяча в парах.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – проявлять учебные мотивы..</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>
		12	Верхняя и нижняя передача мяча на точность	1	<p>П. – уметь выполнять верхнюю и нижнюю передачу на точность после перемещения.</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>

			после перемещения.		<p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, верхняя и нижняя передачи мяча на точность после перемещения.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – уметь организовывать содержательные моменты школьной действительности и адекватного представления о качествах хорошего ученика.</p>	
		13	Отбивание мяча кулаком через сетку.	1	<p>П. – уметь отбивать мяч кулаком через сетку.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, знать технику отбивания мяча кулаком через сетку.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – учебно-познавательный интерес к способам решения поставленных задач.</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>
		14	Нижняя прямая подача	1	<p>П. – уметь выполнять нижнюю прямую подачу.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, нижней прямой подачи.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>

				<p>планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности.</p>		
		15	Прием мяча снизу	1	<p>П. – уметь выполнять прием мяча снизу.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, приема мяча снизу.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности.</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>
		16	Нижняя прямая подача и прием мяча снизу	1	<p>П. – уметь выполнять нижнюю прямую подачу и прием мяча снизу.</p> <p>М. - Р.: использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств.</p> <p>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.</p> <p>К.: соблюдать правила безопасности.</p> <p>Л. – стремление преодолевать себя.</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>

		17	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи.	1	<p>П. – уметь играть в волейбол , соблюдая правила игры.</p> <p>М. - <u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p> <p>Л. – воспитывать в себе волю к победе.</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>
		18	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи.	1	<p>П. - уметь осуществлять самоконтроль при выполнении физических упражнений.</p> <p>М. - <u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы.</p> <p>Л. – проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений.</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>
		19	Учебная игра	1	<p>П. - уметь выполнять специальные упражнения для проверки освоения техники.</p> <p>М. - <u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p>	<p>Волейбольная площадка.</p> <p>Волейбольные мячи.</p>

					<p><u>Коммун.</u> задавать вопросы.</p> <p>Л. – стремление к физическому совершенству: развитие и укрепление правильной осанки, координации.</p>	
Баскетбол – 11 часов						
		20	Техника безопасности при игре в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	1	<p>П. – уметь быть дисциплинированным на занятиях баскетболом;</p> <p>М. – Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, знакомство с правилами баскетбола;</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.</p> <p>Л. – проявлять дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении целей .</p>	Баскетбольные мячи
		21	Ловля и передача мяча	1	<p>П. – уметь выполнять ловлю и передачу мяча.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, ловли и передач мяча.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: соблюдать правила безопасности.</p> <p>Л. – проявлять координацию, внимание, быстроту и ловкость во время проведения игры.</p>	Баскетбольные мячи
		22	Ведение мяча	1	<p>П. – уметь водить мяч.</p>	Баскетбольные мячи

				<p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, способы ведения мяча.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – проявлять учебные мотивы..</p>		
		23	Эстафеты с ведением мяча	1	<p>П. – уметь водить мяч различными способами.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, ведения мяча.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – уметь организовывать содержательные моменты школьной действительности и адекватного представления о качествах хорошего ученика.</p>	Баскетбольные мячи
		24	Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны	1	<p>П. – уметь выполнять передвижения, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, знать технику передвижений с мячом различными способами.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p>	Баскетбольные мячи

				<p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – учебно-познавательный интерес к способам решения поставленных задач.</p>		
		25	Броски мяча в кольцо	1	<p>П. – уметь выполнять броски мячом по кольцу.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, бросков мячом по кольцу.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности.</p>	Баскетбольные мячи
		26	Броски мяча в кольцо	1	<p>П. – уметь выполнять броски мячом по кольцу.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, бросков мячом по кольцу.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности.</p>	Баскетбольные мячи

		27	Эстафеты с элементами баскетбола	1	<p>П. – уметь водить мяч различными способами.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, ведения мяча.</p> <p>М. - Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.</p> <p>К.: соблюдать правила безопасности.</p> <p>Л. – стремление преодолевать себя.</p>	Баскетбольные мячи
		28	Комбинации из основных элементов	1	<p>П. – уметь играть в баскетбол , соблюдая правила игры.</p> <p>М. - <u>Позн.</u> уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;</p> <p><u>Регул.</u> принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;</p> <p><u>Коммун.</u> формулировать собственное мнение;</p> <p>Л. – воспитывать в себе волю к победе.</p>	Баскетбольные мячи
		29	Учебная игра в стритбол	1	<p>П. - уметь осуществлять самоконтроль при выполнении физических упражнений.</p> <p>М. - <u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы.</p> <p>Л. – проявлять координацию, силу во время выполнения физических упражнений.</p>	Баскетбольные мячи

		30	Игра по упрощенным правилам	1	<p>П. - уметь выполнять специальные упражнения для проверки освоения техники.</p> <p>М. - <u>Позн.</u> понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;</p> <p><u>Регул.</u> Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</p> <p><u>Коммун.</u> задавать вопросы.</p> <p>Л. – стремление к физическому совершенству: развитие и укрепление правильной осанки, координации.</p>	Баскетбольные мячи
Русская лапта – 8 часов						
		31	Техника безопасности при занятиях русской лаптой. Правила игры в русскую лапту	1	<p>П. – уметь быть дисциплинированным на занятиях русской лаптой.</p> <p>М. – <u>Познавательные:</u> выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, знакомство с русской лаптой;</p> <p><u>Регулятивные:</u> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p><u>Коммуникативные:</u> соблюдать правила безопасности.</p> <p>Л. – проявлять дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении целей .</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>
		32	Стартовая стойка. Способы перемещения. Ловля мяча.	1	<p>П. – уметь ловить мяч и выполнять передачи.</p> <p>М. - <u>Познавательные:</u> выполнение построений, организационных команд, бега, разминки в движении, способы перемещения.</p> <p><u>Регулятивные:</u> принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>

			Выполнение передачи.		<p>планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – проявлять учебные мотивы..</p>	
		33	Осаливание, переосаливание, самоосаливание, перебежки.	1	<p>П. – уметь выполнять осаливание, переосаливание, самоосаливание, перебежки.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, способы перемещения, осаливания, переосаливания, самоосаливания.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – уметь организовывать содержательные моменты школьной действительности и адекватного представления о качествах хорошего ученика.</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>
		34	Подача мяча. Удары сверху и сбоку.	1	<p>П. – уметь выполнять подачу мяча и выполнять удары сверху и сбоку.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, разминки в движении, подача мяча, удары сверху и сбоку.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – учебно-познавательный интерес к способам решения поставленных задач.</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>

		35	Подача мяча. Удар «свечей».	1	<p>П. – уметь выполнять подачи мяча и выполнять удар свечей.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, подач мяча, ударов.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности.</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>
		36	Действие игроков в нападении и защите	1	<p>П. – уметь работать в группе, исправлять ошибки одноклассников.</p> <p>М. - Познавательные: выполнение построений, организационных команд, бега, разминки, учебной игры.</p> <p>Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя</p> <p>Коммуникативные: контролировать действия партнера.</p> <p>Л. – активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения, доброжелательности.</p>	<p>Бита для русской лапты.</p> <p>Мячи теннисные.</p> <p>Размеченная площадка.</p>