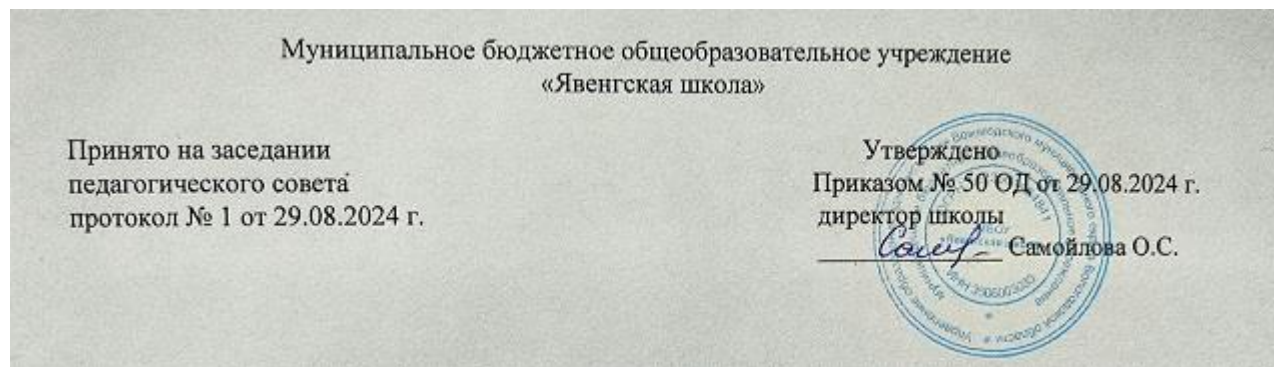


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Явенгская школа»



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»
спортивно-оздоровительного направления
Срок освоения программы 2 года (5-6, 7- 9 классы)
Базовый уровень

Составила
учитель физической культуры
Левицкая Татьяна Валентиновна
1 категория

п. Пролетарский
2024

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Спортивные игры» для 5-9 классов составлена на основе ФГОС ООО и следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статья 75)
2. Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов. Утверждена Президентом Российской Федерации 03.04.2012 г.
3. «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки». Указ Президента РФ от 7 мая 2012г. №599.
4. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013г. №1008.
5. «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Санитарноэпидемиологические правила и нормативы. СанПиН 2.4.4.3172-14.». Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014г. №41.
6. «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей». Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014г. №1726-р.
7. Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» (предметная область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности») М.: Просвещение, 2023 год).

Рабочая программа внеурочной деятельности «спортивно-оздоровительной направленности «Спортивные игры» составлена на 1 год и рассчитана по 1 часу в неделю в 5-6 классах и 7-9 классах по 34 часа всего.

Планируемые результаты

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

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

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

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

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, ситуациях.

Ожидаемый результат.

В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- приобрести навыки и умения по изучаемым видам спортивных игр;
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия спортивной специализации;
- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ - это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

В результате изучения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Спортивные игры» школьники должны:

Знать:

- правила игр, 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 подвижных играх;
- основы истории развития физической культуры;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития;
- индивидуальные способы контроля;
- правила личной гигиены, правила техники безопасности при проведении подвижных игр и внеурочных занятий профилактику травматизма.

Уметь:

- выполнять основные приемы техники игр и применять их в игре;

- соблюдать на практике правила игр, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта;
- соблюдать правила взаимодействия в процессе спортивной игры;
- осуществлять рефлекссию в ходе и по окончании игровой деятельности;
- соблюдать правила безопасности на занятиях физической культурой;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием;
- демонстрировать двигательные умения и навыки.

Формы занятий

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Содержание программы внеурочной деятельности

№	Название раздела	Теория: Основные теоретические понятия	Практика: Примерное содержание деятельности	Оборудование, оснащённость	Место проведения
1	Бадминтон	- История возникновения игры. - Правила игры в бадминтон. - Организация и проведение соревнований. Инструктаж по ТБ на занятиях бадминтоном.	ОФП Обучение техники нападения: а) атакующие удары справа, слева, сверху, снизу; б) удары внутренней и внешней стороной ракетки. Техника защиты. Подводящие и подготовительные упражнения. Учебная игра	Теннисные мячи, волан, ракетка, стенка гимнастическая, свисток	Спортзал школы, спортивная площадка.

2	Пионербол	- История возникновения игры. Правила игры. - Организация и проведения соревнований. Инструктаж по ТБ на занятиях пионерболом	ОФП Обучение техники нападения. Подводящие и подготовительные упражнения. - Техника защиты. Игровые упражнения с включением основных приёмов игры в нападении и защите. Учебная игра.	Теннисные мячи, гимнастические скакалки, волейбольные мячи, свисток.	Спортзал школы, спортивная площадка.
3	Гандбол	Знания о гандболе. История развития гандбола как вида спорта в мире, в Российской Федерации. Достижения отечественных гандболистов на мировых первенствах и Олимпийских играх. Характеристика спортивных дисциплин гандбола (гандбол, пляжный гандбол, мини-гандбол). Основные правила проведения соревнований по гандболу.	Ловля мяча: ловля мяча (двумя руками на месте и в прыжке), ловля мяча (справа и слева, с недолётом), ловля мяча высокого, низкого, катящегося, с отскока и полукотскока от площадки. Передача мяча: передача мяча одной рукой хлестом сверху и сбоку, с места, с разбега, с последующим перемещением. Передача мяча при движении партнеров в одном направлении. Ведение мяча. Ведение мяча одноударное и многоударное на месте, с изменением направления и скорости, ведение мяча с высоким и низким отскоком. Бросок мяча. Бросок хлестом сверху и сбоку, с разбега обычными шагами, в одноопорном положении. Бросок с разбега с горизонтальной, нисходящей, восходящей, навесной траекториями полета мяча. Бросок с отраженным, скользящим отскоком, с отскоком с вращением мяча.	мячи	Спортзал школы, спортивная площадка.

			Выбивание мяча. Выбивание мячам при одноударном ведении на месте, при встречном движении. Выбивание мяча при многоударном ведении в параллельном движении, при встречном движении. Блокирование мяча. Блокирование мяча двумя руками сверху на месте, в прыжке. Блокирование игрока. Блокирование игрока без мяча руками, туловищем. Блокирование игрока с мячом. Техника вратаря. Передвижение в воротах. Изучение приёмов передвижения в воротах шагами, прыжком. Задержание мяча. Задержание мяча двумя руками (прямо, сбоку), одной рукой сверху, сбоку, снизу, на месте, в прыжке. Отбивание мяча. Отбивание руками в площадку, за ворота, (супинация), в площадку (пронация) Передачи мяча. Обучение передачам на различное расстояние, приёмы полевого игрока.		
--	--	--	--	--	--

4	Тэг-регби	Знания о тэг-регби. История регби. Техника безопасности на занятиях тэг-регби. Правила игры в тэг-регби. Развитие регби в России. Правила подбора физических упражнений регбиста. Комплексы упражнений для развития различных физических качеств регбиста. Воспитание морально-волевых качеств в процессе занятий тэг-регби: сознательность, смелость, выдержка, решительность, настойчивость.	Техника владения регбийным мячом: стойки и перемещения; держание мяча, бег с мячом, розыгрыш мяча, прием мяча, подбор и приземление мяча; финты; передвижения с мячом по площадке; передачи мяча в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении; передачи в колоннах с перемещениями; передача и ловля высоко летящего мяча; подбор неподвижного мяча, катящегося мяча. Тактические взаимодействия: в парах, в тройках, кресты, забегания, смещения, линия защиты; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению. Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам.	регбийный мяч (размер 3 и 4). Для разметки игровой площадки, можно использовать «маркеры» или так называемые фишки.	Спортзал школы, спортивная площадка.
---	-----------	--	---	--	---

5	«Флорбол»	Знания о флорболе. История развития отечественных и зарубежных флорбольных клубов. Достижения отечественной сборной команды страны и российских клубов на мировых первенствах и международных соревнованиях. Требования безопасности при организации занятий флорболом. Характерные травмы флорболистов и мероприятия по их предупреждению. Правила соревнований игры во флорбол. Правила подбора физических упражнений для развития физических качеств флорболистов. Понятия и характеристика технических и тактических элементов флорбола, их название и методика выполнения.	Ведение мяча: различными способами дриблинга (с переключением, способом «пятка-носок»); без отрыва мяча от крюка клюшки; ведение мяча толчками (ударами), ведение, прикрывая мяч корпусом; смешанный способ ведения мяча. Прием: прием мяча с уступающим движением крюка клюшки (в захват), прием без уступающего движения крюка клюшки (подставка клюшки), прием мяча корпусом и ногой, прием летного мяча клюшкой. Передача мяча: ударом, броском, верхом, по полу, неудобной стороной. Бросок мяча: заматающий, кистевой, с дуги, с неудобной стороны. Удар по мячу: заматающий, удар-щелчок, прямой удар, удар с неудобной стороны, удар по летному мячу. Обводка и обыгрывание: обеганием соперника, прокидкой или пробросом мяча, с помощью элементов дриблинга, при помощи обманных движений (финтов). Отбор мяча (в момент приема и во время ведения): выбивание или вытаскивание. Перехват мяча: клюшкой, ногой, корпусом.	Клюшка, мяч	Спортзал школы, спортивная площадка.
---	-----------	---	---	-------------	--------------------------------------

6	«Лепта»	Знания о лепте. История зарождения лепты. Известные отечественные игроки в лепту и тренеры. Современное состояние лепты в Российской Федерации. Место лепты в Единой всероссийской спортивной классификации. Официальные правила соревнований по лепте. Влияние занятий лептой на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения). Разновидности лепты. Основные понятия о спортивных сооружениях и инвентаре.	Техника нападения. Стойки бьющего: для удара сверху, снизу. Стойки перебежчика: высокий старт, низкий старт. Передвижения: ходьба, бег, прыжки, остановки и падения, приемы, позволяющие избежать осаливания. Удары битой по мячу способом сверху, сбоку. Подача мяча. Техника защиты. Стойки. Передвижения: ходьба, бег, прыжки. Ловля мяча: высоко, низколетящего, катящегося. Передачи мяча: сверху, сбоку, снизу. Техника осаливания неподвижного игрока и бегущего в одном направлении. Бросок способом сверху, сбоку. Тактика нападения.	мяч	Спортзал школы, спортивная площадка.

		Правила безопасного поведения во время занятий лаптой.			
7	Шахматы в школе	Знания об игре в шахматы. Теоретические основы и правила шахматной игры. История шахмат. Шахматная игра как спорт в международном сообществе; цели, задачи, оздоровительное и воспитательное значение шахмат. История зарождения и развития шахматной игры, её роль в современном обществе. Чемпионы мира по шахматам. Современные выдающиеся отечественные и зарубежные шахматисты. Базовые понятия шахматной игры. Правила техники безопасности во время занятий шахматами. Понятие о травмах и способах их предупреждения. Правила поведения шахматистов,	Основные термины и понятия в шахматной игре: белое и чёрное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, шахматные фигуры (ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король); ход и взятие каждой фигурой, нападение, защита, начальное положение, ход, взятие, удар, взятие на проходе, длинная и короткая рокировка, шах, мат, пат, ничья, ценность шахматных фигур, сравнительная сила фигур, стадии шахматной партии, основные тактические приёмы; шахматная партия, запись шахматной партии, основы дебюта, атака на рокировавшегося и нерокировавшегося короля в начале партии, атака при равносторонних и разносторонних рокировках, основы пешечных, ладейных и легкофигурных эндшпилей.	Шахматы, доска	Спортзал школы, классы

		шахматный этикет. Шахматные соревнования и правила их проведения.			
--	--	---	--	--	--

Календарно-тематическое планирование для учащихся 5 – 6 класса.

№ урока	Тема раздела, урока	Количество часов
	Бадминтон	3
1	История возникновения игры «Бадминтон». Правила игры. ОФП. Игровые задания.	1
2	Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи. Удары справа, слева по высокой траектории Учебная игра.	1
3	Жонглирования с воланом, выполнение ударов внутренней стороной ракетки. Соревнования и эстафеты с применением элементов бадминтона.	1
	Пионербол	6
4	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Пионербол»	1
5	Передача и ловля мяча двумя руками. ОФП Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра	1
6	Передача и ловля мяча двумя руками. Подача мяча. Учебная игра.	1

7	Сочетание изученных приёмов игры. Подвижная игра «Охотники и утки».	1
8	Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра.	1
9	. Учебная игра в пионербол. ОФП Соревнования	1
	Гандбол	6
10	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры	1
11	Ловля мяча: ловля мяча (двумя руками на месте и в прыжке), ловля мяча (справа и слева, с недолётом), ловля мяча высокого, низкого, катящегося, с отскока и полуотскока от площадки.	1
12	Передача мяча: передача мяча одной рукой хлестом сверху и сбоку, с места, с разбега, с последующим перемещением. Передача мяча при движении партнеров в одном направлении. Ведение мяча. Ведение мяча одноударное и многоударное на месте, с изменением направления и скорости, ведение мяча с высоким и низким отскоком.	1
13	Бросок мяча. Бросок хлестом сверху и сбоку, с разбега обычными шагами, в одноопорном положении. Бросок с разбега с горизонтальной, нисходящей, восходящей, навесной траекториями полета мяча. Бросок с отраженным, скользящим отскоком, с отскоком с вращением мяча.	1
14	Выбивание мяча. Выбивание мячам при одноударном ведении на месте, при встречном движении. Выбивание мяча при многоударном ведении в параллельном движении, при встречном движении. Блокирование мяча. Блокирование мяча двумя руками сверху на месте, в прыжке. Блокирование игрока. Блокирование игрока без мяча руками, туловищем. Блокирование игрока с мячом.	1
15	Техника вратаря. Передвижение в воротах. Изучение приёмов передвижения в воротах шагами, прыжком. Задержание мяча. Задержание мяча двумя руками (прямо, сбоку), одной рукой сверху, сбоку, снизу, на месте, в прыжке. Отбивание мяча	1
	Тэг-регби	5

16	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры	1
17	Техника владения регбийным мячом: стойки и перемещения; держание мяча, бег с мячом, розыгрыш мяча, прием мяча, подбор и приземление мяча; финты; передвижения с мячом по площадке;	1
18	Передачи мяча в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении; передачи в колоннах с перемещениями; передача и ловля высоко летящего мяча; подбор неподвижного мяча, катящегося мяча.	1
19	Тактические взаимодействия: в парах, в тройках, кресты, забегания, смещения, линия защиты; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению.	1
20	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам.	1
Флорбол		3
21	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры. Ведение мяча: различными способами дриблинга (с перекладыванием, способом «пятка-носок»); без отрыва мяча от крюка клюшки; ведение мяча толками (ударами), ведение, прикрывая мяч корпусом; смешанный способ ведения мяча.	1
22	Прием: прием мяча с уступающим движением крюка клюшки (в захват), прием без уступающего движения крюка клюшки (подставка клюшки), прием мяча корпусом и ногой, прием летного мяча клюшкой. Передача мяча: ударом, броском, верхом, по полу, неудобной стороной. Бросок мяча: заметающий, кистевой, с дуги, с неудобной стороны. Удар по мячу: заметающий, удар-щелчок, прямой удар, удар с неудобной стороны, удар по летному мячу.	
23	Обводка и обыгрывание: обеганием соперника, прокидкой или пробросом мяча, с помощью элементов дриблинга, при помощи обманных движений (финтов). Отбор мяча (в момент приема и во время ведения): выбивание или вытаскивание. Перехват мяча: клюшкой, ногой, корпусом.	
Лапта		5

24	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры.	1
25	Техника нападения. Стойки бьющего: для удара сверху, снизу. Стойки перебежчика: высокий старт, низкий старт.	1
26	Передвижения: ходьба, бег, прыжки, остановки и падения, приемы, позволяющие избежать осаливания.	1
27	Удары битой по мячу способом сверху, сбоку. Подача мяча.	1
28	Техника защиты. Стойки. Передвижения: ходьба, бег, прыжки. Ловля мяча: высоко, низколетящего, катящегося. Передачи мяча: сверху, сбоку, снизу. Техника осаливания неподвижного игрока и бегущего в одном направлении. Бросок способом сверху, сбоку.	1
Шахматы		6
29	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры.	1
30	Основные термины и понятия в шахматной игре: белое и чёрное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, шахматные фигуры (ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король). Учебная игра	1
31	Ход и взятие каждой фигурой, нападение, защита, начальное положение, ход, взятие, удар, взятие на проходе, длинная и короткая рокировка, шах, мат, пат, ничья, ценность шахматных фигур, сравнительная сила фигур. Учебная игра	1
32	Стадии шахматной партии, основные тактические приёмы; шахматная партия, запись шахматной партии. Учебная игра	1
33	Основы дебюта, атака на рокировавшегося и нерокировавшегося короля в начале партии, атака при равносторонних и разносторонних рокировках, основы пешечных, ладейных и легкофигурных эндшпилей. Учебная игра	1
34	Соревнования по шахматам.	1

Календарно-тематическое планирование для учащихся 7 -9 классов.

№ урока	Тема раздела, урока	Количество часов
----------------	----------------------------	-------------------------

Бадминтон		4
1	История возникновения игры «Бадбинтон». Правила игры. ОФП. Игровые задания.	1
2	Удары снизу, сверху, слева, справа, подачи в зону. Учебная игра.	1
3	Жонглирования с воланом, выполнение ударов внутренней стороной ракетки. СФП. Удары справа, слева по высокой траектории.	1
4	Игровые комбинации из ранее изученных элементов. Соревнования с применением элементов бадминтона.	1
Пионербол		6
5	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Пионербол»	1
6	Передача и ловля мяча двумя руками. ОФП Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра	1
7	Передача и ловля мяча двумя руками. Подача мяча. Учебная игра.	1
8	Сочетание изученных приёмов игры. Подвижная игра «Охотники и утки».	1
9	Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра.	1
10	. Учебная игра в пионербол. ОФП Соревнования	1
Гандбол		6
11	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры. Ведение мяча. Ведение мяча одноударное и многоударное на месте, с изменением направления и скорости, ведение мяча с высоким и низким отскоком.	1
12	Ловля мяча: ловля мяча (двумя руками на месте и в прыжке), ловля мяча (справа и слева, с недолётом), ловля мяча высокого, низкого, катящегося, с отскока и полукотскока от площадки.	1

	Блокирование мяча. Блокирование мяча двумя руками сверху на месте, в прыжке. Блокирование игрока. Блокирование игрока без мяча руками, туловищем. Блокирование игрока с мячом	
13	Передача мяча: передача мяча одной рукой хлестом сверху и сбоку, с места, с разбега, с последующим перемещением. Передача мяча при движении партнеров в одном направлении.	1
14	Бросок мяча. Бросок хлестом сверху и сбоку, с разбега обычными шагами, в одноопорном положении. Бросок с разбега с горизонтальной, нисходящей, восходящей, навесной траекториями полета мяча. Бросок с отраженным, скользящим отскоком, с отскоком с вращением мяча.	1
15	Выбивание мяча. Выбивание мяча при одноударном ведении на месте, при встречном движении. Выбивание мяча при многоударном ведении в параллельном движении, при встречном движении.	1
16	Техника вратаря. Передвижение в воротах. Изучение приёмов передвижения в воротах шагами, прыжком. Задержание мяча. Задержание мяча двумя руками (прямо, сбоку), одной рукой сверху, сбоку, снизу, на месте, в прыжке. Отбивание мяча	1
Тэг-регби		6
17	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры	1
18	Техника владения регбийным мячом: стойки и перемещения; держание мяча, бег с мячом, розыгрыш мяча, прием мяча, подбор и приземление мяча; финты; передвижения с мячом по площадке;	1
19	Передачи мяча в парах (сбоку, снизу) стоя на месте и в движении; передачи в колоннах с перемещениями; передача и ловля высоко летящего мяча; подбор неподвижного мяча, катящегося мяча.	1
20	Тактические взаимодействия: в парах, в тройках, кресты, забегания, смещения, линия защиты; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде;	1
21	Быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению.	1
22	Учебные игры в тэг-регби по упрощенным правилам.	1
Лапта		6
23	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры.	1
24	Техника нападения. Стойки бьющего: для удара сверху, снизу. Стойки перебежчика: высокий старт, низкий старт. Учебные игры	1

25	Передвижения: ходьба, бег, прыжки, остановки и падения, приемы, позволяющие избежать осаливания. Учебные игры	1
26	Удары битой по мячу способом сверху, сбоку. Подача мяча. Учебные игры	1
27	Техника защиты. Стойки. Передвижения: ходьба, бег, прыжки. Ловля мяча: высоко, низколетящего, катящегося. Учебные игры	1
28	Передачи мяча: сверху, сбоку, снизу. Техника осаливания неподвижного игрока и бегущего в одном направлении. Бросок способом сверху, сбоку. Учебные игры	1
Шахматы		5
29	Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры.	1
30	Основные термины и понятия в шахматной игре: белое и чёрное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, шахматные фигуры (ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король). Учебная игра	1
31	Ход и взятие каждой фигурой, нападение, защита, начальное положение, ход, взятие, удар, взятие на проходе, длинная и короткая рокировка, шах, мат, пат, ничья, ценность шахматных фигур, сравнительная сила фигур. Учебная игра	1
32	Стадии шахматной партии, основные тактические приёмы; шахматная партия, запись шахматной партии. Учебная игра	1
33	Основы дебюта, атака на рокировавшегося и нерокировавшегося короля в начале партии, атака при равносторонних и разносторонних рокировках, основы пешечных, ладейных и легкофигурных эндшпилей. Учебная игра	1
34	Соревнования по шахматам.	1

Перечень ЦОР:

- 1.Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.
[http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject\[\]=38](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38)
- 2.Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». <http://www.openclass.ru>
- 3.Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» <http://www.it-n.ru/communities>.
- 4.Образовательные сайты для учителей физической культуры http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9
- 5.Сайт "Я иду на урок физкультуры"

<http://spo.1september.ru/urok/>

6. Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>

Презентации по физкультуре на сайтах:

1. uchportal.ru/

2. <http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura>

3. ppt4web.ru/prezentacii-po-...

4. <http://uslide.ru/fizkultura>

5. pedsovet.su/

6. <http://videouroki.net> На данном сайте находятся фрагменты видеоуроков по спортивным играм