Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 203
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 203)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ школы №203
Протокол от 27 августа 2026 г. №1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом ГБОУ школы №203
от 28 августа 2025 № 780-од

Подписано цифровой подписью: Карягин Сергей Николаевич
DN: c=RU, st=г. Санкт-Петербург, l=г. Санкт-Петербург, title=Директор, o=ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА №203 КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, 1.2.643.100.3=120B303938363436393038 3431, 1.2.643.3.131.1.1=120C373832303130353 630333430, email=ck.80@mail.ru, givenName=Сергей Николаевич, sn=Карягин, cn=Карягин Сергей Николаевич

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
для обучающихся 5-9 классов

направление: творческое и физическое развитие, самореализация, развитие способностей и талантов

Санкт-Петербург
2026

Пояснительная записка

Программа предназначена для детей с разной степенью одаренности, имеющих интерес к спортивной деятельности и направлена на обеспечение дополнительной теоретической и практической подготовки по волейболу, баскетболу и футболу.

Содержание программы нацелено на формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Актуальность данной программы обусловлена также ее практической значимостью. Развитие спортивной личности обучающегося через освоение им опыта работы в разных видах спортивных игр, разнообразными техниками, материалами, инструментами и средствами выполнения упражнений. Дети могут применить полученные знания и практический опыт в соревнованиях.

Программа внеурочной деятельности построена на модульном принципе представления содержания по годам обучения. Программа включает в себя относительно самостоятельные части образовательной программы - модули, позволяющие увеличить её гибкость и вариативность, организовать образовательный процесс, подстраиваясь под интересы и способности обучающихся.

Содержание программы внеурочной деятельности «Спортивные игры» тесно связано с основным образованием и является его логическим продолжением, неотъемлемой частью системы обучения, созданной в школе.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности могут использоваться дистанционные образовательные технологии.

Цель: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи программы:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Сроки освоения программы: 5 лет, по 1 часу в неделю. Всего: 5 класс - 34 часа, 6 класс - 34 часа, 7 класс - 34 часа, 8 класс - 34 часа, 9 класс – 34 часа. Всего 170 часов.

Формы внеурочной деятельности:

- спортивная практика;
- творческие занятия;
- эстафеты;
- соревнование, и д.р

Основным видом деятельности на занятиях спортивным играм является практическая деятельность (индивидуальная, в парах, групповая).

Подведение итогов реализации программы осуществляется в следующих формах:

- *соревнования* внутри параллели, общешкольные , районные, городские и т.д.

Программа создана с учётом Рабочей программы воспитания ГБОУ школы № 203. Спорт, физическое развитие - важнейшие средства решения проблем воспитания современных школьников. Оздоровительная направленность образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать.

Содержание курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

5 класс (первый год обучения)

Модуль «Баскетбол»

Вводное занятие.

Знакомство с тематикой занятий. История баскетбола. Правила игры в баскетбол. Техника безопасности.

Баскетбол

Содержание. Основы техники и тактики. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра.

Виды деятельности

Познавательная, техническая и игровая деятельность: упражнения на освоение техники выполнения ведения мяча, броска мяча в корзину, выполнение упражнений в парах на обводку соперника, упражнения в передвижении. Упражнения в парах, тройках на точность выполнения броска и ловли мяча.

Форма организации

Спортивная практика; подвижные игры с элементами баскетбола; индивидуальная работа; работа в команде.

Модуль «Волейбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. История волейбола. Правила игры в волейбол. Техника безопасности.

Волейбол

Содержание. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Передача на точность. Встречная передача. Подача мяча. Прием мяча. Групповые действия игроков. Учебно-тренировочные игры.

Виды деятельности

Игровая и техническая деятельность: отработка техники выполнения перемещений и стоек; упражнения самостоятельно и в парах на передачу мяча двумя руками сверху, снизу; упражнения на точность.

Форма организации

Практика игры в волейбол; командная работа; игры с элементами волейбола. Игра в пионербол.

Модуль «Футбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. История волейбола. Правила игры в футбол. Техника безопасности.

Футбол

Содержание. Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.

Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.

Виды деятельности

Игровая и техническая деятельность: Упражнения в парах на обрабатывание ударов по мячу, на остановку мяча. Упражнения на скорость. Работа с мячом, набивание, ведение мяча, удары по воротам.

Форма организации

Игровая практика; игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров; подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота».

6 класс (второй год обучения)

Модуль «Волейбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в волейбол. Техника безопасности.

Волейбол

Содержание. Стойки игрока, перемещения в стойке, передачи сверху двумя на месте и после перемещения вперёд; передачи мяча над собой; то же через сетку, нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-5 м. от сетки, прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром, жонглирование, упр. на быстроту и точность реакций, прыжки в заданном ритме

Виды деятельности

Игровая и техническая деятельность: отработка техники выполнения перемещений и стоек; упражнения самостоятельно и в парах на передачу мяча двумя руками сверху, снизу; упражнения на быстроту и точность реакций.

Форма организации

Соревновательная практика; игра «Волейбол».

Модуль «Баскетбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в баскетбол. Техника безопасности.

Баскетбол

Содержание. Стойки игрока; перемещения; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ловля и передача двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). Ведение в низкой, средней, высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления и скорости; правой, левой рукой. Броски одной и двумя с места и в движении (после ведения, ловли).

Виды деятельности

Упражнения на вырывание, выбивание мяча в парах. Тактика свободного нападения; позиционное нападение(5:0) без изменений позиций игрока; нападение быстрым прорывом (1:0); взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».

Форма организации

Соревновательная практика, игра по упрощённым правилам мини-баскетбола», игровые задания 2:1,3:1,3:2,3:3.

Модуль «Футбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в футбол. Техника безопасности.

Футбол

Содержание. Старты из различных и. п.; стойки игрока, перемещения приставными шагами, боком. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком, серединой лба; вбрасывание из-за боковой линии с места, с шага. Ведение по прямой с изменением направления и скорости с пассивным сопротивлением.

Виды деятельности

Игровая и техническая деятельность: работа над техникой выполнения ударов по воротам; упражнения на перехват мяса. Игра вратаря.

Форма организации

Соревновательная практика; индивидуальная работа; работа в команде; игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров.

7 класс (третий год обучения)

Модуль «Баскетбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в баскетбол. Техника безопасности.

Баскетбол

Содержание.

Групповые, индивидуальные и командные действия в нападении и защите. Стойки баскетболиста. Остановка прыжком. Остановка в два шага. Ловля и передача мяча. Передача мяча одной рукой от плеча. Ведение мяча с изменением направления. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Бросок мяча одной рукой с места. Броски мяча в корзину в движении; бросок в корзину одной рукой после ведения; броски мяча в корзину в движении после двух шагов. Сочетание пройденных элементов. Бросок по кольцу после ведения и остановки. Штрафной бросок. Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.

Виды деятельности

Соревновательная, игровая деятельности: освоение стойки баскетболиста, упражнения на ловлю и передачу мяча. Работа над штрафным броском. Упражнения на ведение мяча, на остановку и броски.

Форма организации

Соревновательная практика; индивидуальная работа; работа в команде; игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров. Игра в стрит-бол 3х3. Игра в баскетбол

Модуль «Волейбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в волейбол. Техника безопасности.

Волейбол

Содержание. Стойка волейболиста. Нижняя и верхняя подача мяча. Прием. Передача. Овладение техникой и тактикой игры. Учебная двухсторонняя игра в волейбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил..

Виды деятельности

Соревновательная, игровая деятельность: освоение техники нижней и верхней передачи; работа над стойкой волейболиста; работа на тактику игры.

Форма организации

Соревновательная практика; индивидуальная работа; работа в команде; игра по упрощённым правилам, игра в волейбол.

Модуль «Футбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в футбол.

Футбол

Содержание. Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность. Удары по мячу головой. Удары на точность.

Виды деятельности

Соревновательная, игровая деятельность : выполнение ударов правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Упражнения на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

Форма организации

Соревновательная практика; индивидуальная работа; работа в команде; игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров.

8 класс (четвёртый год обучения)

Модуль «Волейбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в волейбол. Техника безопасности.

Волейбол

Содержание. Стойки игрока, перемещения в стойке. Передачи сверху двумя на месте и после перемещения вперед, передачи мяча над собой, то же через сетку. Нижняя прямая подача с расстояния 3-5 метров от сетки. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

Виды деятельности

Соревновательная и игровая деятельность: упражнения на овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек. Упражнения на освоение техники приема и передачи мяча. Упражнения на технику прямого нападающего удара. Упражнения на ориентирование в пространстве. Игра волейбол.

Форма организации

Соревновательная практика; занятие в спортивном зале; судейство.

Модуль «Баскетбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в баскетбол. Техника безопасности.

Баскетбол

Содержание. Стойки игрока, перемещение, остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ловля и передача двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). Ведение в низкой, средней, высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления и скорости, правой, левой рукой. Броски одной и двумя с места и в движении (после ведения, ловли). Вырывание, выбивание мяча. Игры по упрощенным правилам мини-баскетбола. Игра в баскетбол.

Виды деятельности

Соревновательная и игровая деятельность: Упражнения на освоение ловли и передачи мяча. Упражнения на овладение техники ведения мяча. Упражнения на овладение техники бросков мяча. Упражнения на освоение тактики игры и индивидуальной техники защиты, на овладение и комплексное развитие психомоторных способностей.

Форма организации

Соревновательная практика; занятие в спортивном зале; судейство.

Модуль «Футбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в футбол. Техника безопасности.

Футбол

Содержание. Старты из различных положений. Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком. Вбрасывание из-за боковой линии с места, с шага. Ведение по прямой с изменением направления и скорости с пассивным сопротивлением. Удары по воротам на точность попадания мяча в цель. Перехват мяча, игра вратаря. Ира в футбол.

Виды деятельности

Упражнения на овладение техникой перемещений, остановок, поворотов и стоек. Упражнения на освоение ударов по мячу и остановок мяча, на освоение техники ударов по воротам. Упражнения на комплексное развитие психомоторных способностей.

Форма организации

Соревновательная практика; занятие в спортивном зале; судейство.

9 класс (пятый год обучения)

Модуль «Волейбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в волейбол. Техника безопасности.

Волейбол

Содержание. Стойки игрока, перемещения в стойке. Передачи сверху двумя на месте и после перемещения вперед, передачи мяча над собой, то же через сетку. Нижняя прямая подача с расстояния 3-5 метров от сетки. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

Виды деятельности

Соревновательная и игровая деятельность: упражнения на овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек. Упражнения на освоение техники приема и передачи мяча. Упражнения на технику прямого нападающего удара. Упражнения на ориентирование в пространстве. Игра волейбол.

Форма организации

Соревновательная практика; занятие в спортивном зале; судейство.

Модуль «Баскетбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в баскетбол. Техника безопасности.

Баскетбол

Содержание. Стойки игрока, перемещение, остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ловля и передача двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге). Ведение в низкой, средней, высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления и скорости, правой, левой рукой. Броски одной и двумя с места и в движении (после ведения, ловли). Вырывание, выбивание мяча. Игры по упрощенным правилам мини-баскетбола. Игра в баскетбол.

Виды деятельности

Соревновательная и игровая деятельность: Упражнения на освоение ловли и передачи мяча. Упражнения на овладение техники ведения мяча. Упражнения на овладение техники бросков мяча. Упражнения на освоение тактики игры и индивидуальной техники защиты, на овладение и комплексное развитие психомоторных способностей.

Форма организации

Соревновательная практика; занятие в спортивном зале; судейство.

Модуль «Футбол»

Вводное занятие. Знакомство с тематикой занятий. Правила игры в футбол. Техника безопасности.

Футбол

Содержание. Старты из различных положений. Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком. Вбрасывание из-за боковой линии с места, с шага. Ведение по прямой с изменением направления и скорости с пассивным сопротивлением. Удары по воротам на точность попадания мяча в цель. Перехват мяча, игра вратаря. Ира в футбол.

Виды деятельности

Упражнения на овладение техникой перемещений, остановок, поворотов и стоек. Упражнения на освоение ударов по мячу и остановок мяча, на освоение техники ударов по воротам. Упражнения на комплексное развитие психомоторных способностей.

Форма организации

Соревновательная практика; занятие в спортивном зале; судейство.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

Личностные результаты

Личностными результатами освоения учащимися содержания 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.

Метапредметные результаты

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;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметные результаты

Предметные результаты сформулированы по годам обучения на основе модульного построения содержания курса. Результаты характеризуют опыт обучающихся в спортивной деятельности и отражают сформированность умений в зависимости от содержания программы внеурочной деятельности.

5 класс

Модуль «Баскетбол»

Осваивать технику выполнения ведения мяча, броска мяча в корзину, выполнение упражнений в парах на обводку соперника, упражнения в передвижении. Осваивать технику в парах, тройках на точность выполнения броска и ловли мяча. Приобретать опыт в игре баскетбол.

Модуль «Волейбол»

Осваивать технику выполнения перемещений и стоек; самостоятельно и в парах выполнять передачу мяча двумя руками сверху, снизу; уметь передать мяч на точность. Приобретать опыт в игре волейбол.

Модуль «Футбол»

Усваивать приемы работы в парах на обрабатывание ударов по мячу, на остановку мяча. Осваивать навык работа с мячом, набивание, ведение мяча, удары по воротам. Приобретать опыт в игре футбол.

6 класс

Модуль «Волейбол»

Осваивать технику выполнения перемещений и стоек; приобретают опыт самостоятельно и в парах выполнять передачу мяча двумя руками сверху, снизу. Приобретать навык быстроты и точности реакций. Знать правила игры в волейбол.

Модуль «Баскетбол»

Осваивать правила техники вырывание, выбивание мяча в парах. Приобретать представление тактики свободного нападения; позиционное нападение (5:0) без изменений позиций игрока. Изучать основы нападение быстрым прорывом (1:0).

Модуль «Футбол»

Выполнять работу над техникой выполнения ударов по воротам. Осваивать технику перехвата мяча. Приобретать опыт игра вратаря.

7 класс

Модуль «Волейбол»

Осваивать стойку волейболиста, нижнюю и верхнюю подачу мяча, прием, передача. Овладевать техникой и тактикой игры. Приобретать представление о двухсторонней игре в волейбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил. Знать правила игры в волейбол. Участвовать в соревнованиях.

Модуль «Баскетбол»

Осваивать стойки баскетболиста, ловлю и передачу мяча. Работа над штрафным броском. Упражнения на ведение мяча, на остановку и броски. Знать правила игры в баскетбол. Участвовать в соревнованиях.

Модуль «Футбол»

Изучать основную технику выполнения ударов правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Знать правила игры в футбол. Участвовать в соревнованиях.

8 класс

Модуль «Волейбол»

Осваивать правила техники выполнения передвижений, остановок, поворотов, стоек. Приобретать представление о технике приема и передачи мяча. Выполнять технику прямого нападающего удара. Ориентироваться в пространстве. Знать правила игры в волейбол. Участвовать в соревнованиях.

Модуль «Баскетбол»

Осваивать правила техники выполнения ловли, ведения и передачи мяча. Приобретать представление о технике бросков мяча. Изучать тактику игры и индивидуальную технику защиты.

Модуль «Футбол»

Осваивать технику перемещений, остановок, поворотов и стоек. Изучать основные техники ударов по мячу и остановок мяча, технику ударов по воротам.

9 класс

Модуль «Волейбол»

Осваивать правила техники выполнения передвижений, остановок, поворотов, стоек. Приобретать представление о технике приема и передачи мяча. Выполнять технику прямого нападающего удара. Ориентироваться в пространстве. Знать правила игры в волейбол. Участвовать в соревнованиях.

Модуль «Баскетбол»

Осваивать правила техники выполнения ловли, ведения и передачи мяча. Приобретать представление о технике бросков мяча. Изучать тактику игры и индивидуальную технику защиты. Знать правила игры в баскетбол. Участвовать в соревнованиях.

Модуль «Футбол»

Осваивать технику перемещений, остановок, поворотов и стоек. Изучать основные техники ударов по мячу и остановок мяча, технику ударов по воротам. Знать правила игры в футбол. Участвовать в соревнованиях.

Тематическое планирование

5 класс

№п/п	Название раздела (модуля, курса)	Кол-во часов
1	Модуль «Волейбол»	14
2	Модуль «Баскетбол»	12
3	Модуль «Футбол»	8
	Итого	**34**

6 класс

№п/п	Название раздела (модуля, курса)	Кол-во часов
1	Модуль «Волейбол»	14
2	Модуль «Баскетбол»	12
3	Модуль «Футбол»	8
	Итого	**34**

7 класс

№п/п	Название раздела (модуля, курса)	Кол-во часов
1	Модуль «Баскетбол»	12
2	Модуль «Волейбол»	13
3	Модуль «Футбол»	9
	Итого	**34**

8 класс

№п/п	Название раздела (модуля, курса)	Кол-во часов
1	Модуль «Волейбол»	13
2	Модуль «Баскетбол»	14
3	Модуль «Футбол»	7
	Итого	**34**

9 класс

№п/п	Название раздела (модуля, курса)	Кол-во часов
1	Модуль «Волейбол»	13
2	Модуль «Баскетбол»	14
3	Модуль «Футбол»	7
	Итого	**34**

Календарно-тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма организации занятия	Дата по плану	Дата по факту
Модуль «Волейбол» (14 ч.)				
1	Техника безопасности при игре в волейбол.	Беседа, игра		
2	Стойки с перемещением и исходными положениями.	Беседа, игра		
3	Техника передачи мяча снизу – сверху в парах.	Работа в парах		
4	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.	Работа в парах		
5	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.	Работа в парах		
6	Верхняя и нижняя передача мяча в парах.	Работа в парах		
7	Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения.	Индивидуальная работа		
8	Нижняя прямая подача	Индивидуальная работа		
9	Прием мяча снизу	Работа в парах		
10	Прием мяча снизу	Работа в парах		
11	Нижняя прямая подача и прием мяча снизу	Работа в парах		
12	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи.	Работа в группах		
13	Игра в пионербол	Игра		
14	Игра по упрощенным правилам волейбола	Игра		
Модуль «Баскетбол» (12 ч.)				
15	Техника безопасности при игре в баскетбол. Правила игры в баскетбол.	Беседа, игра		
16	Ловля и передача мяча	Работа в парах		
17	Ведение мяча	Индивидуальная работа		
18	Ведение мяча	Индивидуальная работа		
19	Эстафеты с ведением мяча	Работа в команде		
20	Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом	Индивидуальная работа		
21	Броски мяча в кольцо	Индивидуальная работа		
22	Броски мяча в кольцо	Индивидуальная работа		

23	Эстафеты с элементами баскетбола	Работа в команде		
24	Эстафеты с элементами баскетбола	Работа в команде		
25	Игра в стритбол	Игра		
26	Игра по упрощенным правилам	Игра		
Модуль «Футбол» (8 ч.)				
27	Техника безопасности при игре в футбол. Развитие футбола в России.	Беседа, игра		
28	Правила игры в футбол. Классификация и терминология технических приемов футбола.	Беседа, игра		
29	Способы удара по мячу	Индивидуальная работа		
30	Остановка, ведение, отбор мяча. Обманные движения.	Индивидуальная работа		
31	Передача мяча партнеру	Работа в парах		
32	Действия игроков в нападении и защите	Работа в тройках		
33	Техника игры вратаря	Игра		
34	Игра в футбол	Игра		
Итого: 34 часа				

6 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма организации занятия	Дата по плану	Дата по факту
Модуль «Волейбол» (ч.)				
1	Техника безопасности при занятиях волейболом	Беседа, игра		
2	История развития волейбола	Беседа, игра		
3	Стойки, перемещения игрока. Правила в/б.	Индивидуальная работа		
4	Перемещения в стойке, остановки, ускорения.	Индивидуальная работа		
5	Передачи сверху двумя на месте.	Работа в парах		
6	Игра в пионербол	Игра		
7	Передачи снизу двумя на месте.	Индивидуальная работа		
8	Передачи после перемещения вперёд. Бросок набивного мяча 1 кг	Работа в парах		
9	Передачи после перемещения вперёд. Техника нижней прямой подачи.	Работа в парах		
10	Передачи над собой. Техника нижней прямой подачи.	Групповая работа		
11	Передачи над собой. Совершенствование нижней прямой подачи	Групповая работа		
12	Нападающий бросок двумя руками	Индивидуальная работа		
13	Нападающий бросок одной рукой	Индивидуальная работа		
14	Игра в пионербол	Игра		
Модуль «Баскетбол» (ч.)				
15	Техника безопасности при занятиях баскетболом	Беседа		

16	История развития баскетбола.	Беседа		
17	Стойки, перемещения игрока. Остановка прыжком.	Индивидуальная работа		
18	Остановка двумя шагами. Ловля и передачи двумя от груди на месте.	Индивидуальная работа		
19	Повороты без мяча, с мячом. Ловля и передачи на месте.	Индивидуальная работа		
20	Ловля и передачи одной от плеча на месте. Ведение на месте.	Индивидуальная работа		
21	Ловля и передачи одной от плеча. Ведение на месте с разной высотой отскока.	Индивидуальная работа		
22	Ловля и передачи в движении. Ведение по прямой правой, левой.	Индивидуальная работа		
23	Ловля и передачи в движении по кругу. Ведение с изменением направления.	Работа в группе		
24	Ловля и передачи в движении в тройках. Ведение с изменением скорости.	Индивидуальная работа		
25	Ведение мяча. Броски двумя с места. Вырывание, выбивание мяча.	Работа в парах		
26	Игра в баскетбол	Игра		
Модуль «Футбол» (ч.)				
27	Техника безопасности при занятиях футболом	Беседа, игра		
28	История развития футбола.	Беседа, игра		
29	Правила ф/б. Стойки игрока. Перемещения.	Индивидуальная работа		
30	Перемещения игрока. Ведение по прямой правой, левой.	Индивидуальная работа		
31	Старты из различных и.п. Ведение с изменение направления. Передачи на месте.	Индивидуальная работа		
32	Ведение с изменение скорости. Передачи на месте	Работа в парах		
33	Ведение. Передачи в движении. Игра.	Работа в парах, игра		
34	Удары по воротам. Отбор мяча.	Работа в парах		
Итого: 34 часа				

7 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма организации занятия	Дата по плану	Дата по факту
Модуль «Баскетбол» (12 ч.)				
1	Техника безопасности на занятиях баскетболом. История возникновения баскетбола.	Беседа		
2	Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	Индивидуальная работа		
3	Остановка двумя ногами и прыжком.	Индивидуальная работа		

4	Передачи мяча.	Работа в парах		
5	Ловля мяча.	Работа в парах		
6	Ведение мяча.	Индивидуальная работа		
7	Броски в кольцо.	Индивидуальная работа		
8	Игра в защите.	Работа в парах		
9	Игра в нападении.	Работа в парах		
10	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.	Индивидуальная работа		
11	Игра в баскетбол	Игра		
12	Игра в баскетбол	Игра		
Модуль «Волейбол» (13 ч.)				
13	Техника безопасности на занятиях волейболом. История возникновения волейбола.	Беседа, игра		
14	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	Индивидуальная работа		
15	Закрепление техники передачи. Верхняя прямая подача.	Работа в парах		
16	Верхняя прямая подача. Индивидуальные тактические действия в защите.	Индивидуальная работа		
17	Верхняя прямая подача. Индивидуальные тактические действия в защите	Индивидуальная работа		
18	Верхняя прямая подача.	Индивидуальная работа		
19	Индивидуальные тактические действия.	Индивидуальная работа		
20	Прием мяча.	Работа в парах		
21	Прием подачи.	Работа в парах		
22	Закрепление техники приема мяча с подачи.	Индивидуальная работа		
23	Эстафеты с мячом.	Эстафета		
24	Перемещение на площадке. Спортивная игра «Волейбол».	Игра		
25	Спортивная игра «Волейбол».	Игра		
Модуль «Футбол» (9 ч.)				
26	Техника безопасности на занятиях. История возникновения футбола.	Беседа		
27	Остановка катящегося мяча	Индивидуальная работа		
28	Ведение мяча.	Индивидуальная работа		
29	Удары по мячу.	Индивидуальная работа		
30	Вбрасывание и отбор мяча.	Работа в парах		
31	Техника игры в футбол.	Работа в команде		
32	Тактика игры в футбол.	Работа в команде		
33	Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд».	Игра		
34	Игра в футбол по упрощённым прави-	Игра		

	лам (мини-футбол).			
Итого: 34 часа				

8 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма организации занятия	Дата по плану	Дата по факту
Модуль «Волейбол» (13ч.)				
1	Техника безопасности при занятиях волейболом.	Беседа, игра		
2	История развития волейбола.	Беседа, игра		
3	Стойки, перемещения игрока. правила игры в волейбол.	Индивидуальная работа		
4	Перемещения в стойке, остановки, ускорения.	Индивидуальная работа		
5	Передачи сверху двумя руками на месте.	Работа в парах		
6	Игра в волейбол.	Игра		
7	Передачи снизу двумя руками на месте.	Работа в парах		
8	Передачи после перемещения вперед.	Работа в парах		
9	Передачи после перемещения вперед.	Работа в парах		
10	Техника нижней прямой подачи.	Индивидуальная работа		
11	Техника нижней прямой подачи.	Индивидуальная работа		
12	Игра в волейбол.	Игра		
13	Игра в волейбол.	Игра		
Модуль «Баскетбол» (14ч.)				
14	Техника безопасности при занятиях баскетболом.	Беседа, игра		
15	История развития баскетбола.	Беседа, игра		
16	Стойки, перемещения игрока.	Индивидуальная работа		
17	Остановка прыжком.	Индивидуальная работа		
18	Остановка двумя ногами.	Индивидуальная работа		
19	Ловля и передачи двумя руками от груди на месте.	Работа в парах		
20	Повороты без мяча, с мячом	Индивидуальная работа		
21	Ведение на месте. Ловля и передачи одной рукой от плеча на месте.	Работа в парах		
22	Ведение по прямой с разной высотой отскока.	Работа в парах		
23	Ведение по прямой правой и левой рукой.	Работа в парах		
24	Ведение с изменением направления.	Индивидуальная работа		
25	Ведение с изменением скорости.	Индивидуальная		

		работа		
26	Вырывание, выбивание мяча.	Работа в парах		
27	Игра в баскетбол.	Игра		
Модуль «Футбол» (7 ч.)				
28	Техника безопасности при занятиях футболом.	Беседа, игра		
29	Стойки игрока. Перемещения.	Индивидуальная работа		
30	Ведение по прямой правой, левой.	Индивидуальная работа		
31	Старты из различных положений.	Индивидуальная работа		
32	Ведение с изменением скорости.	Индивидуальная работа		
33	Удары по воротам.	Индивидуальная работа		
34	Игра с футбол.	Игра		
Итого: 34 часа				

9 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма организации занятия	Дата по плану	Дата по факту
Модуль «Волейбол» (13ч.)				
1	Техника безопасности при занятиях волейболом.	Беседа, игра		
2	История развития волейбола.	Беседа, игра		
3	Стойки, перемещения игрока. правила игры в волейбол.	Индивидуальная работа		
4	Перемещения в стойке, остановки, ускорения.	Индивидуальная работа		
5	Передачи сверху двумя руками на месте.	Работа в парах		
6	Игра в волейбол.	Игра		
7	Передачи снизу двумя руками на месте.	Работа в парах		
8	Передачи после перемещения вперед.	Работа в парах		
9	Передачи после перемещения вперед.	Работа в парах		
10	Техника нижней прямой подачи.	Индивидуальная работа		
11	Техника нижней прямой подачи.	Индивидуальная работа		
12	Игра в волейбол.	Игра		
13	Игра в волейбол.	Игра		
Модуль «Баскетбол» (14ч.)				
14	Техника безопасности при занятиях баскетболом.	Беседа, игра		
15	История развития баскетбола.	Беседа, игра		
16	Стойки, перемещения игрока.	Индивидуальная работа		
17	Остановка прыжком.	Индивидуальная работа		

18	Остановка двумя ногами.	Индивидуальная работа		
19	Ловля и передачи двумя руками от груди на месте.	Работа в парах		
20	Повороты без мяча, с мячом	Индивидуальная работа		
21	Ведение на месте. Ловля и передачи одной рукой от плеча на месте.	Работа в парах		
22	Ведение по прямой с разной высотой отскока.	Работа в парах		
23	Ведение по прямой правой и левой рукой.	Работа в парах		
24	Ведение с изменением направления.	Индивидуальная работа		
25	Ведение с изменением скорости.	Индивидуальная работа		
26	Вырывание, выбивание мяча.	Работа в парах		
27	Игра в баскетбол.	Игра		
Модуль «Футбол» (7 ч.)				
28	Техника безопасности при занятиях футболом.	Беседа, игра		
29	Стойки игрока. Перемещения.	Индивидуальная работа		
30	Ведение по прямой правой, левой.	Индивидуальная работа		
31	Старты из различных положений.	Индивидуальная работа		
32	Ведение с изменением скорости.	Индивидуальная работа		
33	Удары по воротам.	Индивидуальная работа		
34	Игра с футбол.	Игра		
Итого: 34 часа				

Учебно-методическое обеспечение курса

Наглядные пособия:

- коллекция презентаций по темам занятий;
- электронные образовательные ресурсы по темам занятий и др.

Занятия могут проводиться в спортивном зале, на улице в зависимости от погоды.

Оборудование, материалы, инструменты, необходимые для спортивных занятий:

- баскетбольное кольцо;
- волейбольная сетка;
- щиты баскетбольные
- ворота футбольные
- мячи баскетбольные
- мячи волейбольные
- мячи футбольные
- мячи теннисные