

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 7 Красносельского района Санкт-Петербурга

Принято
на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от « 30 » августа 2023г.

Утверждаю
Директор школы
_____ Н.А.Бражникова
от « 30 » августа 2023г.

Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Школа чемпионов»
для обучающихся 5-7 классов
(адаптированная основная образовательная программа основного общего образования для
обучающихся с задержкой психического развития)
на 2023-2024 учебный год

Составлено:
МО учителей физической культуры

Содержание рабочей программы

Оглавление	Страницы
Титульный лист	
Содержание рабочей программы	2
Пояснительная записка	3-4
Содержание учебного предмета	5-12
Планируемые образовательные результаты	13-16
Тематическое планирование	17-66
Поурочное планирование	67-80
Учебно - методическое обеспечение образовательного процесса	81
Материально-техническое обеспечение образовательного процесса	82
Лист корректировки	83

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ШКОЛА ЧЕМПИОНОВ»

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Школа чемпионов» для обучающихся 5-7 классов является приложением к адаптированной основной образовательной программе основного общего образования для обучающихся с задержкой психического развития и разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (далее – Стандарт), федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ФАОП ООО).

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ШКОЛА ЧЕМПИОНОВ»

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Школа чемпионов» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно - образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся.

Цель программы внеурочной деятельности «Школа чемпионов»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся с задержкой психического развития (далее ЗПР), воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта, повышение функциональных возможностей основных систем организма, необходимых для полноценной социальной адаптации обучающихся.

Обеспечение регулярной, адекватной состоянию здоровья физической нагрузки, формирование мотивации и привычки к двигательной активности, определение доступного уровня физической активности и поддержание его в течение учебного года являются неперенными условиями достижения поставленной цели.

Цель конкретизирована следующими задачами:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию обучающихся с ЗПР;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся с ЗПР устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- развитие двигательной активности обучающихся;
- достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств;
- приобретение опыта организации самостоятельных занятий спортом и спортивными играми с учетом индивидуальных особенностей и способностей;
- воспитание нравственных и волевых качеств, приучение к ответственности за свои поступки, любознательности, активности и самостоятельности;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- формирование общей культуры, духовно-нравственное, гражданское, социальное, личностное и интеллектуальное развитие;

- развитие творческих способностей;
- развитие потребности в общении и объединении со сверстниками, коммуникативного поведения;
- преодоление личностной незрелости обучающихся с ЗПР, воспитание воли, целеустремленности, способности к преодолению трудностей, самоконтроля, самоутверждения, самоопределения;
- профилактика и коррекция различных нарушений;
- коррекция и развитие сенсорных систем.
- воспитание произвольной регуляции поведения, возможности следовать правилам;

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ШКОЛА ЧЕМПИОНОВ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Программа адаптирована на обучающихся с задержкой психического развития. В авторскую программу внесены следующие изменения: упрощены и облегчены разделы «Баскетбол», «Волейбол», «Футбол», «Бадминтон», в связи с имеющимися у обучающихся медицинских противопоказаний.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся с ЗПР и рассчитана на проведение 1 часа в неделю, всего по 34 часа в год в соответствии с учебным планом ГБОУ школы №7 на 2023-2024 учебный год.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

5 КЛАСС

Модуль/ тематический блок	Разделы	Учебный материал
Общая физическая подготовка	<p>Основная стойка, построение в шеренгу. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Ходьба на носках, пятках, в полу приседе, 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 3 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, с места, со скакалкой, с высоты до 40 см, напрыгивание на скамейку. Лазание по гимнастической стенке.</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p> <p>Презентации</p> <p>Видео – фильмы</p>
Баскетбол	<p>1. Основы знаний. Терминология игры. Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения. Режим дня и режим питания.</p> <p>2. Специальная подготовка. Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Ведение мяча на месте и в движении. Стойка игрока, передвижение в стойке. Остановка в движении по звуковому сигналу. Комбинации из освоенных элементов: передача, ловля, ведение, бросок. Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p> <p>Презентации</p> <p>Видео – фильмы</p>

	– не летает»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами. Учебная игра по мини-баскетболу.	
Волейбол	<p>1. Основы знаний. Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка.</p> <p>2. Специальная подготовка. Специальная разминка волейболиста. Техника передвижений волейболиста. Стойка игрока. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Стойка игрока, передвижение в стойке.</p> <p>Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?». Комбинации из освоенных элементов: приём, передача, удар. Комбинации из освоенных элементов техники передвижения и владений мячом. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p> <p>Презентации</p> <p>Видео – фильмы</p>
Футбол	<p>1. Основы знаний. Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания.</p> <p>2. Специальная подготовка. Техника передвижений, остановок, поворотов, стоек. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу.</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p> <p>Презентации</p> <p>Видео – фильмы</p>

	Ведение мяча. Передачи мяча в парах. Удары по воротам. Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота». Двусторонняя учебная игра.	
--	---	--

6 КЛАСС

Модуль/ тематический блок	Разделы	Учебный материал
Общая физическая подготовка	Основная стойка, построение в шеренгу. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Ходьба на носках, пятках, в полу приседе, 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 3 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, с места, со скакалкой, с высоты до 40 см, напрыгивание на скамейку. Лазание по гимнастической стенке.	Печатные издания Наглядный картинный материал Презентации Видео – фильмы
Баскетбол	1. Основы знаний. Терминология игры. Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения. Режим дня и режим питания. 2. Специальная подготовка. Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Ведение мяча на месте и в движении.	Печатные издания Наглядный картинный материал Презентации Видео – фильмы

	<p>Стойка игрока, передвижение в стойке. Остановка в движении по звуковому сигналу. Комбинации из освоенных элементов: передача, ловля, ведение, бросок. Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами. Учебная игра по мини-баскетболу.</p>	
Волейбол	<p>1. Основы знаний. Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка.</p> <p>2. Специальная подготовка. Специальная разминка волейболиста. Техника передвижений волейболиста. Стойка игрока. Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы. Стойка игрока, передвижение в стойке.</p> <p>Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?». Комбинации из освоенных элементов: приём, передача, удар. Комбинации из освоенных элементов техники передвижения и владений мячом. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p> <p>Презентации</p> <p>Видео – фильмы</p>
Футбол	<p>1. Основы знаний. Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания.</p> <p>2. Специальная подготовка. Техника передвижений, остановок, поворотов,</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p> <p>Презентации</p>

	<p>стоек. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Ведение мяча. Передачи мяча в парах. Удары по воротам. Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота». Двусторонняя учебная игра.</p>	Видео – фильмы
--	--	----------------

7 КЛАСС

Модуль/ тематический блок	Разделы	Учебный материал
Общая физическая подготовка	<p>Упражнения для развития физических способностей: скоростных, скоростно-силовых, выносливости, координационных, силовых. Перестроения из одной шеренги в две, строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Упражнения для формирования осанки. Упражнения общеразвивающей направленности (без предметов, с предметами). Ходьба на носках, пятках, ходьба с высоким подниманием бедра, с перекатом с пятки на носок и с носка на пятку. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий и низкий старты, бег со старта по команде. Беговые упражнения (семенящий бег, бег прыжками, ускорения до 50м). Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, бег до 4 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, с места, со скакалкой, многоскоки, напрыгивание на скамейку. Лазание по гимнастической стенке, скамейке различными способами.</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p> <p>Презентации</p> <p>Видео – фильмы</p>
Баскетбол	<p>1. Основы знаний. История возникновения баскетбола, развитие баскетбола, Правила мини-баскетбола. Баскетбол на пороге 21 века. Содержание и формы игры.</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p>

	<p>Баскетбол «Дворов и улиц». Олимпийский баскетбол. Профессиональный баскетбол.</p> <p>2. Специальная подготовка.</p> <p>1. Упражнения без мяча. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях. Передвижение правым – левым боком. Передвижение в стойке баскетболиста. Остановка прыжком после ускорения. Остановка в один шаг после ускорения. Остановка в два шага после ускорения. Повороты на месте. Повороты в движении.</p> <p>2. Ловля и передача мяча. Двумя руками от груди, стоя на месте. Двумя руками от груди с шагом вперед. Двумя руками от груди в движении. Передача одной рукой от плеча. Передача одной рукой с шагом вперед. То же после ведения мяча. Передача одной рукой с отскоком от пола. Передача двумя руками с отскоком от пола. Ловля мяча после отскока. Ловля высоко летящего мяча. Ловля катящегося мяча, стоя на месте. Ловля катящегося мяча в движении.</p> <p>3. Ведение мяча. На месте. В движении шагом. В движении бегом. То же с изменением направления и скорости. То же с изменением высоты отскока. Правой и левой рукой поочередно на месте. Правой и левой рукой поочередно в движении. Перевод мяча с правой руки на левую и обратно, стоя на месте.</p> <p>4. Броски мяча. Одной рукой в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит с места. Двумя руками от груди в баскетбольный щит после ведения и остановки. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину с места. Двумя руками от груди в баскетбольную корзину после ведения. Одной рукой в</p>	<p>Презентации</p> <p>Видео – фильмы</p>
--	--	--

	<p>баскетбольную корзину с места. Одной рукой в баскетбольную корзину после ведения. Штрафной бросок.</p> <p>5. Комбинации из освоенных элементов: передача, ловля, ведение, бросок. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Мяч ловцу»; игровые упражнения «Борьба за мяч», повторение игр, изученных в 5 классе. Стрит-бол 3*3. Учебная игра по мини-баскетболу.</p>	
Волейбол	<p>1. Основы знаний. Правила игры в волейбол. Основные качества волейболистов. Основные жесты судей, судейство соревнований. Понятие о методике судейства.</p> <p>2. Специальная подготовка. Техника передвижений, остановок и стоек. Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).</p> <p>3. Техника приема и передач мяча. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передача мяча над собой. То же через сетку. Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.</p> <p>4. Игра и комплексное развитие psychomotorных способностей. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола.</p> <p>5. Техника нижней прямой подачи. Нижняя прямая подача с расстояния 3-6 м от сетки. Нижняя прямая подача через сетку. Прием подачи. Прием мяча отраженного сеткой.</p> <p>6. Прямой нападающий удар.</p> <p>7. Техника владения мячом. Комбинации из освоенных элементов.</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p> <p>Презентации</p> <p>Видео – фильмы</p>

	8. Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?».	
Футбол	<p>1. Основы знаний. Международные соревнования с участием Российских команд. Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты. Известные тренеры по футболу, футбольные клубы.</p> <p>2. Специальная подготовка. Техника передвижений, остановок, поворотов, стоек. Удары по неподвижному и катящемуся мячу; удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъёма; остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, передней частью подъёма и подошвой; ведение мяча носком и наружной стороной стопы; ловля и отбивание мяча вратарём; двусторонняя игра.</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p> <p>Презентации</p> <p>Видео – фильмы</p>
Бадминтон	<p>1. Основы знаний. Основные термины и понятия в бадминтоне. Правила игры. Физическая и техническая подготовка в бадминтоне. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий.</p> <p>2. Специальная подготовка. Правильное перемещение по площадке. Хват ракетки. Обучение основной стойке при подаче, при приеме подачи, при ударах. Удары справа и слева. Жонглирование воланом. подача. Учебная игра.</p>	<p>Печатные издания</p> <p>Наглядный картинный материал</p> <p>Презентации</p> <p>Видео – фильмы</p>

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирования культуры здоровья – отношение к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознание ценности человеческой жизни;
- 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

- выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- 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.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметными результатами освоения обучающимися содержания курса внеурочной деятельности «Школа чемпионов» являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями и спортом в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры и спорта;
- излагать факты истории развития физической культуры, спортивных игр (баскетбола, волейбола, футбола, бадминтона), характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру и спорт как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- 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 и спортивные игры, элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных и спортивных игр, соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений.

5 класс

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

- понимать значение баскетбола, волейбола, футбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- знать правила безопасного поведения во время занятий баскетболом, футболом, волейболом;
- знать названия разучиваемых технических приёмов игр и основ правильной техники;
- находить наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- составлять и выполнять упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- излагать основное содержание правил соревнований по баскетболу, футболу, волейболу;
- различать жесты баскетбольного, волейбольного, футбольного судьи;

- выполнять игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола, волейбола и футбола;
- принимать участие в спортивных соревнованиях;
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом, волейболом, футболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- осуществлять задуманные задачи;
- контролировать координацию движения;
- работать с игровым инвентарём;
- участвовать в соревнованиях.

6 класс

К концу обучения в 6 классе обучающийся научится:

- понимать значение баскетбола, волейбола, футбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- рассказывать и соблюдать правила безопасного поведения во время занятий баскетболом, футболом, волейболом;
- называть названия разучиваемых технических приёмов игр и основ правильной техники;
- находить наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- составлять и выполнять упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- излагать основное содержание правил соревнований по баскетболу, футболу, волейболу;
- различать жесты баскетбольного, волейбольного, футбольного судьи;
- выполнять игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола, волейбола и футбола;
- принимать участие в спортивных соревнованиях;
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом, волейболом, футболом;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- осуществлять задуманные задачи;
- контролировать координацию движения;
- работать с игровым инвентарём;
- участвовать в соревнованиях.

7 класс

К концу обучения в 7 классе обучающийся научится:

- знать особенности воздействия баскетбола, волейбола, футбола, бадминтона на организм человека;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательных действий разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

- составлять и выполнять упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- понимать основное содержание правил соревнований по баскетболу, футболу, волейболу, бадминтону;
- различать жесты баскетбольного, волейбольного, футбольного судьи, судьи в бадминтоне;
- выполнять игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола, волейбола, футбола, бадминтона;
- знать способы сохранения и укрепление здоровья;
- понимать значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- принимать регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол, футбол, волейбол, бадминтон в условиях игровой деятельности;
- заботиться о своем здоровье;
- осуществлять задуманные задачи;
- контролировать координацию движения;
- работать с игровым инвентарём.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья;
- социальная адаптация обучающихся, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. ОСНОВЫ ЗНАНИЙ								
1.1.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		обсуждают задачи и содержание занятий по внеурочной деятельности «Школа чемпионов» на предстоящий учебный год; высказывают свои пожелания и предложения, конкретизируют требования по отдельным разделам и темам;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.2.	Причины	В	0	В процессе		слушают, задают	Устный опрос	https://resh.edu .

	переохлаждения и перегревания организма человека.	процессе занятия		занятия		вопросы, анализируют услышанную информацию о причинах переохлаждения и перегревания организма человека;		ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole.ru/
1.3.	Основные части тела.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию об основных частях тела;	Устный опрос	https://resh.edu. ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole.ru/
1.4.	Положительные и отрицательные черты характера.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию о положительных и отрицательных чертах характера;	Устный опрос	https://resh.edu. ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole.ru/
1.5.	Признаки простудного заболевания.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию о	Устный опрос	https://resh.edu. ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole.ru/

						признаках простудного заболевания;		
1.6.	Как укрепить свои кости и мышцы.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию о том, как укрепить свои мышцы и кости;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.7.	Терминология игры.	В процессе занятий	0	В процессе занятий		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию о том, какая терминология используется на подвижных и спортивных играх;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.8.	Разметка спортивного зала.	В процессе занятий	0	В процессе занятий		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию о том, какие линии, в какой игре используются и	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/

						как называются;		
Итого по разделу		В процессе занятия						
Раздел 2. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
2.1.	Комплекс упражнений для коррекции телосложения, на развитие физических качеств	В процессе занятия	0	В процессе занятия		выполняют упражнения для коррекции телосложения, для развития физических качеств; соблюдают правила ТБ при их выполнении; следят за самочувствием;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.2.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.	В процессе урока	0	В процессе урока		знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.3.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Передвижения,	1	0	1		разучивают технику выполнения	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/

	стойки, повороты, остановки.					передвижений, стоек, поворотов, остановок;		ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole. ru/
2.4.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Вырывание и выбивание мяча.	1	0	1		выполняют упражнения на технику вырывания и выбивания мяча;	Практическая работа	https://resh.edu. ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole. ru/
2.5.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди, на месте и в движении.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники; закрепляют и совершенствуют технику передачи мяча двумя руками от груди на месте (обучение в парах); рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками	Практическая работа	https://resh.edu. ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole. ru/

						от груди при передвижении приставным шагом правым и левым боком, анализируют фазы и элементы техники; закрепляют и совершенствуют технику передачи мяча двумя руками;		
2.6.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Ведение мяча на месте и в движении.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники; закрепляют и совершенствуют технику ведения мяча на месте и в движении «по прямой»;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.7.	<i>Модуль «Баскетбол».</i>	3	0	3		рассматривают,	Практическая	https://resh.edu.

	<p>Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места из-под кольца, с точек. Штрафные броски.</p>				<p>обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения; описывают технику выполнения броска, сравнивают её с имеющимся опытом, определяют возможные ошибки и причины их появления, делают выводы; разучивают технику броска мяча в корзину по фазам и в полной координации; контролируют технику выполнения броска другими учащимися, выявляют</p>	<p>работа</p>	<p>http://www.fizkultura.ru/subject/9/ http://www.fizkultura.ru/uravshkole.ru/</p>
--	--	--	--	--	---	---------------	---

						возможные ошибки и предлагают способы их устранения;		
2.8.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Ранее разученные технические действия с мячом и без мяча.	1	0	1		выполняют ранее разученные технические действия с мячом и без мяча;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.9.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.	2 В процессе занятия	0	2 В процессе занятия		играют в учебные подвижные и спортивные игры;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.10.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Прямая нижняя подача мяча в волейболе.	1	0	1		закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча;		
2.11.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении;		
2.12.	<i>Модуль «Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу на месте и в движении.</i>	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении, определяют отличительные особенности в технике выполнения, делают выводы;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах); закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах);		
2.13.	<i>Модуль «Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху на месте и в движении.</i>	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						<p>передачи, в положении стоя на месте и в движении, определяют различия в технике выполнения; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху с места (обучение в парах); закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах);</p>		
2.14.	<p><i>Модуль «Волейбол». Перебрасывание мяча в парах, в тройках.</i></p>	2	0	2		<p>рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники</p>	<p>Практическая работа</p>	<p>https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkultu.ravshkole.ru/</p>

						перебрасывания мяча в парах, в тройках.		
2.15.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Прямой нападающий удар.	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники прямого нападающего удара.	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkultu.ravshkole.ru/
2.16.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Передачи мяча над собой. Передачи мяча над собой через сетку.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники передачи мяча над собой и передачи мяча над собой через сетку.	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkultu.ravshkole.ru/
2.17.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Броски мяча сверху двумя руками в стену и ловля. Подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники броска мяча сверху двумя руками в стену и ловля и подбрасывания	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkultu.ravshkole.ru/

						мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения.		
2.18.	<i>Модуль «Волейбол». Ранее разученные технические действия с мячом.</i>	2	0	2		выполняют ранее разученные технические действия с мячом и без мяча;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.19.	<i>Модуль «Волейбол». Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.</i>	2 В процессе занятия	0	2 В процессе занятия		играют в учебные подвижные и спортивные игры;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.20.	<i>Модуль «Футбол». Удары по мячу.</i>	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники удара по мячу учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения; закрепляют и совершенствуют технику удара по неподвижному мячу внутренней	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						стороной стопы с места, с одного шага, с двух, небольшого разбега;		
2.21.	<i>Модуль «Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол.</i>	В процессе занятия	0	В процессе занятия		знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.22.	<i>Модуль «Футбол». Остановка мяча.</i>	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/http://www.fizkulturavshkole.ru/

						особенности их технического выполнения; закрепляют и совершенствуют технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы;		
2.23.	<i>Модуль</i> «Футбол». Ведение футбольного мяча. Обводка мячом ориентиров.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники ведения футбольного мяча «по прямой», «по кругу», «змейкой», выполнения обводки мячом ориентиров; выделяют отличительные элементы в технике такого ведения, делают выводы; закрепляют и совершенствуют технику ведения футбольного мяча. рассматривают,	Практическая работа	https://resh.edu. ru/subject/9/ <a href="http://www.fizkult
uravshkole.ru/">http://www.fizkult uravshkole. ru/

						обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча «змейкой» и техники обводки учебных конусов, делают выводы; описывают технику выполнения обводки конусов, определяют возможные ошибки и причины их появления;		
2.24.	<i>Модуль «Футбол». Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.</i>	2 В процессе занятия	0	2 В процессе занятия		играют в учебные подвижные и спортивные игры;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.25.	<i>Модуль «Футбол». Техника вратаря. Отбор мяча.</i>	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники удара по мячу учителя, определяют	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						фазы движения и особенности их технического выполнения; закрепляют и совершенствуют технику вратаря и отбора мяча;		
Итого по разделу		34	0	34				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34				

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. ОСНОВЫ ЗНАНИЙ								
1.1.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		обсуждают задачи и содержание занятий по внеурочной деятельности «Школа чемпионов» на предстоящий учебный год; высказывают свои пожелания и предложения, конкретизируют требования по отдельным разделам и темам;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.2.	Влияние занятий футболом на	В процесс	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы,	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/

	организм школьника.	е занятия				анализируют услышанную информацию о влиянии занятий футболом на организм школьника;		http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.3.	Основные части тела.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию об основных частях тела;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.4.	Волейбол – игра для всех.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию об игре волейбол;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.5.	Признаки простудного заболевания.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию о признаках простудного заболевания;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

1.6.	Терминология игры.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию о том, какая терминология используется в различных спортивных и подвижных играх;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/	
1.7.	Правила игр.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию о правилах спортивных и подвижных игр;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/	
Итого по разделу		В процессе занятия							
Раздел 2. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ									
2.1.	Комплекс упражнений для коррекции телосложения, на развитие физических качеств	В процессе занятия	0	В процессе занятия		выполняют упражнения для коррекции телосложения, для развития	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkult	

						физических качеств; соблюдают правила ТБ при их выполнении; следят за самочувствием;		uravshkole. ru/
2.2.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.	В процессе урока	0	В процессе урока		знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.3.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Передвижения, стойки, повороты, остановки.	1	0	1		разучивают технику выполнения передвижений, стоек, поворотов, остановок;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.4.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Вырывание и выбивание мяча.	1	0	1		выполняют упражнения на технику вырывания и выбивания мяча;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.5.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Передача баскетбольного мяча	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

	<p>двумя руками от груди, на месте и в движении.</p>				<p>образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники; закрепляют и совершенствуют технику передачи мяча двумя руками от груди на месте (обучение в парах); рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди при передвижении приставным шагом правым и левым боком, анализируют фазы и элементы техники; закрепляют и совершенствуют технику передачи мяча двумя руками;</p>		<p>uravshkole. ru/</p>
--	---	--	--	--	--	--	--

2.6.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Ведение мяча на месте и в движении.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники; закрепляют и совершенствуют технику ведения мяча на месте и в движении «по прямой»;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.7.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места из-под кольца, с точек. Штрафные броски.	3	0	3		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						<p>выполнения; описывают технику выполнения броска, сравнивают её с имеющимся опытом, определяют возможные ошибки и причины их появления, делают выводы; разучивают технику броска мяча в корзину по фазам и в полной координации; контролируют технику выполнения броска другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения;</p>		
2.8.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Ранее разученные технические действия с мячом и без мяча.	1	0	1		выполняют ранее разученные технические действия с мячом и без мяча;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.9.	<i>Модуль «Баскетбол».</i>	2	0	2		играют в учебные	Практическая	https://resh.edu.ru/

	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.	В процессе занятия		В процессе занятия		подвижные и спортивные игры;	работа	ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.10.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Прямая нижняя подача мяча в волейболе.	1	0	1		закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения; разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.11.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих	В процессе занятия	0	В процессе занятия		знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

	упражнений для освоения технических действий игры волейбол.					освоения технических действий игры волейбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении;		
2.12.	<i>Модуль «Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу на месте и в</i>	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

	<p>движении.</p>				<p>двумя руками снизу с места и в движении, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении, определяют отличительные особенности в технике выполнения, делают выводы; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах);; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи</p>		
--	-------------------------	--	--	--	---	--	--

						волейбольного мяча двумя руками снизу в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах);		
2.13.	Модуль «Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху на месте и в движении.	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи, в положении стоя на месте и в движении, определяют различия в технике выполнения; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						сверху с места (обучение в парах); закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах);		
2.14.	<i>Модуль «Волейбол». Перебрасывание мяча в парах, в тройках.</i>	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники перебрасывания мяча в парах, в тройках.	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaravshkole.ru/
2.15.	<i>Модуль «Волейбол». Прямой нападающий удар.</i>	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники прямого нападающего удара.	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaravshkole.ru/
2.16.	<i>Модуль «Волейбол».</i>	2	0	2		рассматривают,	Практическая	https://resh.edu.ru/

	Передачи мяча над собой. Передачи мяча над собой через сетку.					обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники передачи мяча над собой и передачи мяча над собой через сетку.	работа	http://www.fizkulturaravshkole.ru/subject/9/
2.17.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Броски мяча сверху двумя руками в стену и ловля. Подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники броска мяча сверху двумя руками в стену и ловля и подбрасывания мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения.	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaravshkole.ru/
2.18.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Ранее разученные технические действия с мячом.	2	0	2		выполняют ранее разученные технические действия с мячом и без мяча;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaravshkole.ru/
2.19.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Овладение игрой и комплексное	2 В процессе	0	2 В процессе занятия		играют в учебные подвижные и спортивные игры;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaravshkole.ru/

	развитие психомоторных способностей.	занятия						uravshkole. ru/
2.20.	<i>Модуль «Футбол». Удары по мячу.</i>	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники удара по мячу учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения; закрепляют и совершенствуют технику удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с места, с одного шага, с двух, небольшого разбега;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.21.	<i>Модуль «Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для</i>	В процессе занятия	0	В процессе занятия		знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

	освоения технических действий игры футбол.					технических действий игры футбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения;		
2.22.	<i>Модуль «Футбол».</i> Остановка мяча.	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения; закрепляют и совершенствуют технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.23.	<i>Модуль «Футбол».</i> Ведение футбольного мяча.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/

	<p>Обводка мячом ориентиров.</p>				<p>иллюстративный образец техники ведения футбольного мяча «по прямой», «по кругу», «змейкой», выполнения обводки мячом ориентиров; выделяют отличительные элементы в технике такого ведения, делают выводы; закрепляют и совершенствуют технику ведения футбольного мяча. рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча «змейкой» и техники обводки учебных конусов, делают выводы; описывают технику выполнения обводки</p>		<p>http://www.fizkulturavshkole.ru/</p>
--	---	--	--	--	--	--	--

						конусов, определяют возможные ошибки и причины их появления;		
2.24.	<i>Модуль «Футбол». Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.</i>	2 В процессе занятия	0	2 В процессе занятия		играют в учебные подвижные и спортивные игры;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.25.	<i>Модуль «Футбол». Техника вратаря. Отбор мяча.</i>	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники удара по мячу учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения; закрепляют и совершенствуют технику вратаря и отбора мяча;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
Итого по разделу		34	0	34				

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	34	
-------------------------------------	----	---	----	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. ОСНОВЫ ЗНАНИЙ								
1.1.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		обсуждают задачи и содержание занятий по внеурочной деятельности «Школа чемпионов» на предстоящий учебный год; высказывают свои пожелания и предложения, конкретизируют	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						требования по отдельным разделам и темам;		
1.2.	Известные тренеры по футболу. Известные футбольные клубы. Лучшие Российские команды, тренеры, футболисты.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию об Известных тренерах по футболу; об известных футбольных клубах; о лучших Российских командах, тренерах, футболистах;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.3.	Основные качества волейболиста.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию об основных частях тела;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.4.	Основные жесты судей, судейство	В процессе	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы,	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/

	соревнований. Правила судейства соревнований.	занятия				анализируют услышанную информацию об основных жестах судей, о судействе соревнований;		http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.5.	Общая физическая подготовка баскетболиста.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию об общей физической подготовке;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.6.	Физическая и техническая подготовка в бадминтоне.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию об общей физической и технической подготовке;	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
1.7.	Олимпийский баскетбол.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		слушают, задают вопросы, анализируют услышанную информацию об Олимпийском	Устный опрос	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						баскетболе;		
Итого по разделу		В процессе занятия						
Раздел 2. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
2.1.	Комплекс упражнений для коррекции телосложения, на развитие физических качеств	В процессе занятия	0	В процессе занятия		выполняют упражнения для коррекции телосложения, для развития физических качеств; соблюдают правила ТБ при их выполнении; следят за самочувствием;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.2.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.	В процессе урока	0	В процессе урока		знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.3.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Передвижения,	1	0	1		разучивают технику выполнения	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/

	стойки, повороты, остановки.					передвижений, стоек, поворотов, остановок;		ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole. ru/
2.4.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Вырывание и выбивание мяча. Перехват мяча.	1	0	1		выполняют упражнения на технику вырывания и выбивания мяча;	Практическая работа	https://resh.edu. ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole. ru/
2.5.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передачах на месте и в движении; закрепляют и совершенствуют технику передач мяча на месте и в движении;	Практическая работа	https://resh.edu. ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole. ru/
2.6.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Ведение мяча на месте и в движении. Перевод мяча.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, переводов мяча;	Практическая работа	https://resh.edu. ru/subject/9/ http://www.fizkult uravshkole. ru/

						выделяют отличительные элементы их техники; закрепляют и совершенствуют технику ведения мяча на месте и в движении;		
2.7.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Бросок мяча в корзину с места и в движении из-под кольца. Броски мяча с точек. Штрафные броски.	3	0	3		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину с места и в движении, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения; описывают технику выполнения броска, сравнивают её с имеющимся опытом, определяют возможные ошибки и причины их появления, делают	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						выводы; разучивают технику броска мяча в корзину по фазам и в полной координации; контролируют технику выполнения броска другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения;		
2.8.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Ранее разученные технические действия с мячом и без мяча.	1	0	1		выполняют ранее разученные технические действия с мячом и без мяча;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.9.	<i>Модуль «Баскетбол».</i> Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Стритбол. Игра "3 на 3".	2 В процессе занятия	0	2 В процессе занятия		играют в учебные подвижные и спортивные игры;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

2.10.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Прямая нижняя подача мяча. Прием подачи.	1	0	1		закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения; разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.11.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол.	В процессе занятия	0	В процессе занятия		знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол; рассматривают, обсуждают и	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении;		
2.12.	<i>Модуль «Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу на месте и в движении. Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху на месте и в движении.</i>	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, определяют фазы движения и особенности их	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						<p>технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении, определяют отличительные особенности в технике выполнения, делают выводы; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах);; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						парах);		
2.13.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Отбивание мяча кулаком через сетку. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.	3	0	3		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaravshkole.ru/
2.14.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Перебрасывание мяча в парах, в тройках.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники перебрасывания мяча в парах, в тройках.	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaravshkole.ru/
2.15.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Прямой нападающий удар.	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники прямого нападающего удара.	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaravshkole.ru/
2.16.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Прием мяча, отраженного сеткой.	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaravshkole.ru/

						образец техники приема мяча, отраженного сеткой.		
2.17.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Броски мяча сверху двумя руками в стену и ловля. Подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения.	2	0	2		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники броска мяча сверху двумя руками в стену и ловля и подбрасывания мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения.	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaavshkole.ru/
2.18.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Ранее разученные технические действия с мячом.	2	0	2		выполняют ранее разученные технические действия с мячом и без мяча;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaavshkole.ru/
2.19.	<i>Модуль «Волейбол».</i> Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.	2 В процессе занятия	0	2 В процессе занятия		играют в учебные подвижные и спортивные игры;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturaavshkole.ru/
2.20.	<i>Модуль</i>	В	0	В процессе		знакомятся с	Практическая	https://resh.edu.ru/

	«Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол.	процессе занятия		занятия		рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения;	работа	http://www.fizkulturavshkole.ru/subject/9/
2.21.	<i>Модуль «Футбол». Удары по мячу. Ведение футбольного мяча. Остановка мяча.</i>	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники ведения футбольного мяча, ударов по мячу и остановки мяча; определяют возможные ошибки	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

						и причины их появления;		
2.22.	<i>Модуль «Футбол». Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.</i>	В процессе занятия	0	В процессе занятия		играют в учебные подвижные и спортивные игры;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.23.	<i>Модуль «Футбол». Ловля и отбивание мяча вратарём.</i>	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ловли и отбивания мяча вратарём; определяют фазы движения и особенности их технического выполнения; закрепляют и совершенствуют технику вратаря;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.24.	<i>Модуль «Бадминтон». Перемещения по площадке.</i>	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники перемещений по площадке;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/

2.25.	<i>Модуль «Бадминтон».</i> Основные термины и понятия в бадминтоне. Хват ракетки.	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники хвата ракетки;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.26.	<i>Модуль «Бадминтон».</i> Основная стойка. Правила игры. Удары справа и слева.	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники основной стойки; ударов справа и слева;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
2.27.	<i>Модуль «Бадминтон».</i> Физическая и техническая подготовка в бадминтоне. Подача.	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники при выполнении подачи;	Практическая работа	https://resh.edu.ru/subject/9/ http://www.fizkulturavshkole.ru/
Итого по разделу		34	0	34				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Модуль «Футбол» (4 часа). Правила техники безопасности на занятиях по футболу. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. Подвижные игры на основе футбола.		0	1		Текущий контроль
2.	Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Подвижные игры на основе футбола.		0	1		Текущий контроль
3.	Ведение мяча. Подвижные игры на основе футбола.		0	1		Текущий контроль
4.	Передачи мяча в парах. Удары по воротам. Двусторонняя учебная игра.		0	1		Текущий контроль
5.	Модуль «Волейбол» (14 часов). Правила техники безопасности		0	1		Текущий контроль

	на занятиях волейболом. Техника передвижений волейболиста. Броски мяча.					
6.	Основные линии разметки спортивного зала. Сочетание стоек и перемещений, способов перемещений. Подвижные игры на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль
7.	Положительные и отрицательные черты характера. Броски мяча сверху двумя руками в стену и ловля. Подвижные игры на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль
8.	Подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Подвижные игры на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль
9.	Терминология игры. Передачи мяча над собой. Подвижные игры на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль
10.	Передачи мяча над собой через сетку. Подвижные игры на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль
11.	Перебрасывание мяча в парах. Подвижные игры на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль

12.	Перебрасывание мяча в тройках. Подвижные игры на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль
13.	Нижняя прямая подача. Подвижные игры на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль
14.	Прямой нападающий удар. Подвижные игры на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль
15.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом.		0	1		Текущий контроль
16.	Комбинации из освоенных элементов: приём, передача, удар.		0	1		Текущий контроль
17.	Игры и игровые задания на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль
18.	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.		0	1		Текущий контроль

19.	Модуль «Баскетбол» (12 часов). Правила техники безопасности на занятиях по баскетболу. Стойки, передвижения, остановки. Повороты без мяча и с мячом.		0	1		Текущий контроль
20.	Терминология игры. Передачи и ловля мяча на месте.		0	1		Текущий контроль
21.	Передачи и ловля мяча в движении. Подвижные игры на основе баскетбола.		0	1		Текущий контроль
22.	Передачи мяча в парах, в тройках. Подвижные игры на основе баскетбола.		0	1		Текущий контроль
23.	Основные части тела. Ведение мяча на месте и в движении. Подвижные игры на основе баскетбола.		0	1		Текущий контроль
24.	Ведение мяча на месте и в движении. Подвижные игры на основе баскетбола.		0	1		Текущий контроль
25.	Броски из-под кольца с места и в движении. Подвижные игры на основе баскетбола.		0	1		Текущий контроль

26.	Как укрепить свои кости и мышцы. Броски с точек. Подвижные игры на основе баскетбола.		0	1		Текущий контроль
27.	Штрафные броски. Подвижные игры на основе баскетбола.		0	1		Текущий контроль
28.	Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.		0	1		Текущий контроль
29.	Игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.		0	1		Текущий контроль
30.	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.		0	1		Текущий контроль
31.	Модуль «Футбол» (4 часа). Правила техники безопасности на занятиях по футболу. Ведение мяча. Обводка ориентиров. Удары по мячу.		0	1		Текущий контроль
32.	Остановка мяча. Вбрасывание мяча. Подвижные игры на основе футбола.		0	1		Текущий контроль

33.	Признаки простудного заболевания. Отбор мяча. Техника вратаря. Подвижные игры на основе футбола.		0	1		Текущий контроль
34.	Комбинации из освоенных элементов игры в футбол. Игра по упрощенным правилам футбола.		0	1		Текущий контроль
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34		

6 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Модуль «Футбол» (4 часа). Правила техники безопасности на занятиях по футболу. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.		0	1		Текущий контроль
2.	Влияние занятий футболом на организм школьника. Удары по мячу и остановки мяча.		0	1		Текущий контроль
3.	Ведение мяча. Подвижные игры на основе футбола.		0	1		Текущий контроль
4.	Передачи мяча. Двусторонняя учебная игра.		0	1		Текущий контроль
5.	Модуль «Волейбол» (14 часов). Правила техники безопасности на занятиях волейболом. Перемещения и стойки.		0	1		Текущий контроль
6.	Волейбол – игра для всех. Сочетание стоек и перемещений, способов перемещений.		0	1		Текущий контроль
7.	Основные линии разметки спортивного зала. Броски мяча сверху двумя руками в стену и ловля.		0	1		Текущий контроль
8.	Подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после		0	1		Текущий контроль

	перемещения.					
9.	Терминология игры. Передачи мяча над собой.		0	1		Текущий контроль
10.	Передачи мяча над собой через сетку.		0	1		Текущий контроль
11.	Перебрасывание мяча в парах.		0	1		Текущий контроль
12.	Перебрасывание мяча в тройках.		0	1		Текущий контроль
13.	Нижняя прямая подача.		0	1		Текущий контроль
14.	Прямой нападающий удар.		0	1		Текущий контроль
15.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом.		0	1		Текущий контроль
16.	Комбинации из освоенных элементов: приём, передача, удар.		0	1		Текущий контроль
17.	Игры и игровые задания на основе волейбола.		0	1		Текущий контроль
18.	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.		0	1		Текущий контроль
19.	Модуль «Баскетбол» (12 часов). Правила техники безопасности на занятиях по баскетболу. Стойки, передвижения, остановки. Повороты без мяча и с мячом.		0	1		Текущий контроль
20.	Терминология игры. Передачи и ловля мяча на месте.		0	1		Текущий контроль
21.	Передачи и ловля мяча в движении.		0	1		Текущий контроль
22.	Передачи мяча в		0	1		Текущий контроль

	парах, в тройках.					
23.	Основные части тела. Ведение мяча на месте и в движении.		0	1		Текущий контроль
24.	Ведение мяча на месте и в движении.		0	1		Текущий контроль
25.	Броски из-под кольца с места и в движении.		0	1		Текущий контроль
26.	Броски с точек.		0	1		Текущий контроль
27.	Штрафные броски.		0	1		Текущий контроль
28.	Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.		0	1		Текущий контроль
29.	Игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.		0	1		Текущий контроль
30.	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.		0	1		Текущий контроль
31.	Модуль «Футбол» (4 часа). Правила техники безопасности на занятиях по футболу. Ведение мяча. Обводка ориентиров. Удары по мячу.		0	1		Текущий контроль
32.	Остановка мяча. Вбрасывание мяча.		0	1		Текущий контроль
33.	Признаки простудного заболевания. Отбор мяча. Техника вратаря.		0	1		Текущий контроль
34.	Комбинации из освоенных элементов игры в футбол. Игра		0	1		Текущий контроль

	по упрощенным правилам футбола.					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34		

7 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Модуль «Футбол» (4 часа). Правила поведения, техника безопасности на занятиях по футболу. Передвижения, остановки, повороты и стойки.		0	1		Текущий контроль
2.	Известные тренеры по футболу. Ведение и остановки мяча.		0	1		Текущий контроль
3.	Известные футбольные клубы. Ведение, остановки, удары по мячу.		0	1		Текущий контроль
4.	Лучшие Российские команды, тренеры, футболисты. Ловля и отбивание мяча вратарём.		0	1		Текущий контроль
5.	Модуль «Волейбол» (14 часов). Правила техники безопасности на занятиях волейболом. Стойка игрока. Техника передвижений волейболиста.		0	1		Текущий контроль
6.	Правила игры в волейбол. Техника приема и передач мяча. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.		0	1		Текущий контроль
7.	Основные качества волейболиста. Передача мяча над собой. То же через сетку.		0	1		Текущий контроль

8.	Основные жесты судей, судейство соревнований. Передача мяча над собой, во встречных колоннах.		0	1		Текущий контроль
9.	Отбивание мяча кулаком через сетку.		0	1		Текущий контроль
10.	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку.		0	1		Текущий контроль
11.	Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.		0	1		Текущий контроль
12.	Нижняя прямая подача мяча. Прием подачи.		0	1		Текущий контроль
13.	Прием мяча отраженного сеткой.		0	1		Текущий контроль
14.	Прямой нападающий удар.		0	1		Текущий контроль
15.	Передачи мяча в парах.		0	1		Текущий контроль
16.	Передачи мяча в тройках.		0	1		Текущий контроль
17.	Комбинации из освоенных элементов.		0	1		Текущий контроль
18.	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.		0	1		Текущий контроль
19.	Модуль «Баскетбол» (12 часов). Правила техники безопасности на занятиях по баскетболу. Правила игры. Стойки, передвижения, остановки.		0	1		Текущий контроль
20.	Общая физическая подготовка баскетболиста. Повороты на месте и в движении. Подвижные игры с		0	1		Текущий контроль

	элементами баскетбола.					
21.	Правила мини-баскетбола. Передачи и ловля мяча на месте. Подвижные игры с элементами баскетбола.		0	1		Текущий контроль
22.	Передачи и ловля мяча в движении. Подвижные игры с элементами баскетбола.		0	1		Текущий контроль
23.	Броски мяча в корзину из-под кольца. Подвижные игры с элементами баскетбола.		0	1		Текущий контроль
24.	Броски мяча в корзину с точек. Подвижные игры с элементами баскетбола.		0	1		Текущий контроль
25.	Олимпийский баскетбол. Штрафные броски. Подвижные игры с элементами баскетбола.		0	1		Текущий контроль
26.	Правила судейства соревнований по баскетболу. Ведение мяча. Подвижные игры с элементами баскетбола.		0	1		Текущий контроль
27.	Ведение мяча. Перевод мяча. Подвижные игры с элементами баскетбола.		0	1		Текущий контроль
28.	Вырывание и выбивание мяча. Перехват мяча. Подвижные игры с элементами баскетбола.		0	1		Текущий контроль

29.	Комбинации из освоенных элементов: передача, ловля, ведение, бросок. Учебная игра по мини-баскетболу.		0	1		Текущий контроль
30.	Стритбол. Игра "3 на 3".		0	1		Текущий контроль
31.	Модуль «Бадминтон» (4 часа). Правила техники безопасности на занятиях по бадминтону. Перемещения по площадке.		0	1		Текущий контроль
32.	Основные термины и понятия в бадминтоне. Хват ракетки. Основная стойка.		0	1		Текущий контроль
33.	Правила игры. Удары справа и слева.		0	1		Текущий контроль
34.	Физическая и техническая подготовка в бадминтоне. Поддача.		0	1		Текущий контроль
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Рабочая программа ориентирована на учебники:

- Матвеев А.П. Физическая культура: 5-й класс: учебник. – М.: Просвещение, 2023.
- Виленский М.Я., Туревский И.М. Физическая культура. 5-7 кл.-М: Просвещение, 2017.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Программа составлена на основе авторской программы «Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха 5-9 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций/В.И. Ляха, М.: Просвещение, 2019.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Электронные образовательные ресурсы:

1. Российский учебник: вебинары, методическая литература, учебники
<https://rosuchebnik.ru/>
2. Мультиурок – Сайт учителей Физической культуры, подготовка к олимпиадам.
<https://multiurok.ru/all-sites/fizkultura/>
3. Физкультура в школе - материалы по всем разделам программы с 1 по 11 классы в помощь учителю физической культуры:
<http://www.fizkulturavshkole.ru/>
4. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура»: программы, презентации, тестовые задания: <http://www.openclass.ru/>
5. «Российская электронная школа», информационно-образовательная среда, объединяющая ученика, учителя, родителя:
<https://resh.edu.ru/>
Уроки по Физической культуре 1-11 класс: <https://resh.edu.ru/subject/9/>
6. Учительский портал - программы, презентации, тестовые задания, контрольные вопросы:
<https://www.uchportal.ru/load/101>
7. <https://videouroki.net/razrabotki/fizkultura/videouroki-6/>
Видеоуроки по физкультуре и другие полезные материалы для учителя физкультуры
8. Физическая культура – Учебники и учебные пособия
[znanika.win>tag/fizicheskaya-kultura/](https://znanika.win/tag/fizicheskaya-kultura/)
9. Физическая культура. 5-7 классы.Виленский...
[znanika.win>uchebniki/7-klass...kultura-5-7-klassy...m...ru.wikipedia.org](https://znanika.win/>uchebniki/7-klass...kultura-5-7-klassy...m...ru.wikipedia.org) - Википедия

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

№ п/п	Наименование объектов и средств материально технического оснащение
1	Мяч волейбольный
2	Мяч баскетбольный
3	Мяч футбольный
4	Мяч для большого тенниса
5	Мяч резиновый малый
6	Скакалка
7	Стенка гимнастическая
8	Мат гимнастический
9	Скамейка гимнастическая
10	Гимнастическая палка
11	Стол теннисный
12	Ракетки для настольного тенниса
13	Мячики для настольного тенниса
14	Компьютер
15	Учебная доска
16	Смарт - доска
17	Принтер

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

№ п/п	Наименование объектов и средств материально технического оснащение
1	Мяч волейбольный
2	Мяч баскетбольный
3	Мяч футбольный
4	Мяч для большого тенниса
5	Мяч резиновый малый
6	Скакалка
7	Стенка гимнастическая
8	Мат гимнастический
9	Скамейка гимнастическая
10	Гимнастическая палка
11	Стол теннисный
12	Ракетки для настольного тенниса
13	Мячики для настольного тенниса

