

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Кузбасса
Управление образования Администрации Мариинского муниципального округа
МБОУ «СОШ №6» Мариинского МР

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
протокол от 29.08.2023 №15

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «СОШ №6»

С.Г. Корниенко

Приказ от 29.08.2023г.№ 302о

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
5-9 классы
2023- 2024 учебный год

Составители: Наумкин М.В.,
Михеев В.В. ,О.Б. Маслова
учителя физической культуры

Мариинск, 2023

Содержание курса внеурочной деятельности

5 класс

Знания о спортивно-оздоровительной деятельности.

Техники безопасности на занятиях по баскетболу.

Практические занятия. Овладение и совершенствование двигательными действиями: перемещением, изменением направления движения, передвижением парами в нападении и защите, бегом баскетболиста, передачами, ведением и бросками. Сочетание рывков с финтами. Правила соревнований. Обучение игре баскетбол. Основные правила игры в баскетбол. Основные линии на площадке. Какие бывают нарушения правил. Жесты судей. Практические занятия: Ведение мяча правой и левой рукой, переводы мяча вокруг туловища, с оббеганием стоек, прыжками. Броски и ловля мяча за 30 сек. Различные передачи в парах одного или двух мячей. Броски мяча в щит после ведения, броски в кольцо после ведения. Броски в кольцо из различных точек, штрафной бросок. Ловля после отскока от щита. Практические занятия: Способы спортивно - тренировочной деятельности.

Техники безопасности на занятиях по футболу. Групповые действия (правильное взаимодействие на последней стадии развития атаки вблизи ворот противника; совершенствование игровых и стандартных ситуаций). Командные действия (организация быстрого и постепенного нападения по избранной тактической системе). Обучение игре футбол. Обучение двигательным действиям без мяча. В процессе игровой деятельности используются следующие разновидности бега: бег с ускорением, бег спиной вперёд, приставным шагом: Скоростные рывки 10—15 м из различных и. п. Бег с изменением направления или оббеганием стоек. Практические занятия: Комбинация соединение отдельных элементов, упражнений в определённом порядке: Бег — остановка — поворот на 180° — ускорение 15—20 м. Прыжок с поворотом на 180° — ускорение 10 м — медленный бег (или ходьба) — поворот на 180° — ускорение 10—15 м. Бег лицом вперёд — поворот на 180° — бег спиной вперёд — поворот на 180° — скоростной рывок 10—15 м. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы: Имитация удара по мячу стоя слева от мяча на расстоянии одной ступни. Удары с места по неподвижному мячу в стенку с расстояния 3—4 м, 5—7 м. Удары по неподвижному мячу с прямого разбега после одного или нескольких шагов в стенку с расстояния 5—7 м. Передачи мяча в парах партнёру с 2—3 шагов разбега.

Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью.

Введение. Хоккей. Требования техники безопасности на занятиях по хоккею. Зарождение хоккея в России. Первые чемпионы страны. Обучение игре хоккей. Обучение специализированным комбинациям и двигательным навыкам. Приемы техники владения клюшкой и шайбой. Практические занятия: Основная стойка (посадка) хоккеиста; скольжение на двух коньках, не отрывая их от льда; скольжение на двух, после толчка одной ногой (правой, левой); скольжение на одной после толчка другой ногой (правой, левой); бег широким скользящим шагом; бег с изменением направления (переступание); торможение одной ногой без поворота туловища «полуплугом»; торможение двумя ногами без поворота туловища «плугом». Остановка и толчок соперника плечом. Основные способы держания клюшки (хватки) ведение шайбы на месте, широкое ведение шайбы в движении с перекладыванием крюка клюшки через шайбу, ведение шайбы не отрывая крюка клюшки от шайбы. Короткое ведение шайбы с перекладыванием крюка клюшки ведение шайбы в движении спиной вперед; обводка соперника на месте и в движении; длинная обводка.

Пионербол. Требования техники безопасности на занятиях по пионерболу. Тактико-технические действия игроков. Практические занятия: Перемещение по площадке. Переход. Силовые упражнения для рук, ног, туловища. Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Броски и ловля мяча. Перемещение приставным шагом. Игра «Вызов номеров» Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. Подача мяча. Приём мяча после подачи. Подача мяча. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и

изменением направления. Передача мяча через сетку с места. Чередование перемещений. Развитие координации. Игра по упрощённым правилам. Приём подачи, передача к сетке. Игра по упрощённым правилам.

6 класс

Знания о спортивно-оздоровительной деятельности.

Формы организации: беседа, практические занятия.

Техники безопасности на занятиях по баскетболу. Развитие баскетбола в России.

Основы техники и тактики игры в баскетбол. Овладение основными техническими приемами баскетболиста. Практические занятия: Личная система защиты. Командное нападение. Индивидуальные, групповые и командные действия в защите. Вырывание и выбивание. Перехват. Накрывание. Тактические действия в нападении: приемы обыгрывания защитника: вышагивание, скрестный шаг, поворот, перевод мяча перед собой. Бросок одной и двумя руками в прыжке. Борьба за мяч после отскока от щита. Добивание мяча в нападении.

Способы спортивно- тренировочной деятельности. Техники безопасности на занятиях по футболу. Размер футбольного поля. Участие сборной России на различных чемпионатах.

Технико-тактическая подготовка. Совершенствование правильного выбора позиции и страховки при организации противодействия атакующим комбинациям; взаимодействие при создании искусственного положения «вне игры». Организация обороны против быстрого и постепенного нападения и с использованием персональной, зонной и комбинированной защиты; быстрое перестроение от обороны к началу и развитию атаки.

Практические занятия: Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки). Двусторонняя игра по упрощённым правилам.

Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью.

Техники безопасности на занятиях по хоккею. Достижения хоккеистов России в международных соревнованиях: чемпионах мира, Европы и Олимпийских играх.

Технико-тактическая подготовка игры в хоккей. Обучение специализированным комбинациям и двигательным навыкам. Приемы техники владения клюшкой и шайбой.

Практические занятия: Обводка с применением обманных действий – финтов. Финт клюшкой; финт с изменением скорости движения; удар шайбы с длинным замахом; удар шайбы с коротким замахом (щелчок); броски шайбы с неудобной стороны; прием шайбы с одновременной ее подработкой к последующим действиям; отбор шайбы клюшкой способом подбивания клюшки соперника; отбор шайбы с помощью силовых приемов туловищем.

Пионербол. Требования техники безопасности на занятиях по пионерболу. Тактико-технические действия игроков.

Практические занятия: Обучение нападающему броску. Броски мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей. Нападающий бросок через сетку с места и после двух шагов в прыжке. Нападающий бросок с первой линии. Развитие скоростно-силовых качеств. Нападающий бросок со второй линии. Прыжки. Нападающий бросок после передачи. Прыжковые упражнения. Подача мяча по зонам. Упражнения с метанием мяча в цель. Игра в пионербол с двумя мячами. Упражнения с двумя мячами. Прием мяча после передачи в сетку. Прием мяча в падении. Передача мяча.

7 класс

Знания о спортивно-оздоровительной деятельности.

Техники безопасности на занятиях по баскетболу. Соревновательная деятельность баскетболиста. Практические занятия: Общеразвивающие упражнения без предметов, упражнения с набивными мячами, упражнения на силу и гибкость, бег в медленном темпе до

10 минут. Прыжки со скакалкой. Совершенствование игры в баскетбол. Совершенствование основных тактико-технических приемов баскетболиста.

Практические занятия: Закрепление техники передач и ловли мяча одной рукой, выбивание и вырывание. Броски в движении с двух сторон; нападение через центрального, входящего в штрафную площадку; заслоны; добивание мяча в корзину. Учебная игра. Передачи мяча по кругу в движении; быстрый прорыв после штрафного броска; перехват мяча с выходом из-за спины противника (схема). Учебная игра. Передачи; нападение «тройкой»- подводящие упражнения; обводка области штрафного броска; добивание мяча в корзину; броски со средних расстояний в прыжке. Учебная игра. Способы спортивно - тренировочной деятельности. Футбол. Техники безопасности на занятиях по футболу. Соревновательная деятельность футболиста.

Практические занятия: Комплексы общеразвивающих упражнений, беговые задания.

Совершенствование игры в футбол. Совершенствование «закрывания», «перехвата» и отбора мяча. Тактика вратаря. – Выбор места (в штрафной площади) при ловле мяча на выходе и на перехвате. – Правильное определение момента для выхода из ворот и отбора мяча в ногах. – Руководство игрой партнеров по обороне. Организация атаки при вводе мяча в игру.

Практические занятия: Имитация ударного движения кулаком: на месте; с небольшого разбега в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке (игра вратаря). Отбор мяча в подкате. Остановка летящего мяча грудью. Игрок останавливает мяч грудью после передачи партнером (ногой) с расстояния 12—20 м, после чего ведёт мяч или, в свою очередь, делает передачу. Ловля мяча сверху в прыжке (Игра вратаря). Отбор мяча перехватом.

Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью.

Техники безопасности на занятиях по хоккею. Участие Российских хоккеистов в международных соревнованиях.

Практические занятия: Комплексы общеразвивающих упражнений с предметами, беговые задания с конусами. Совершенствование игры в хоккей. Техника игры вратаря. Специальная физическая подготовка вне ледовой площадки. Вне ледовой площадки для спортивно – оздоровительных групп применяются имитация бега на коньках (для укрепления мышц ног, задействованных в беге на коньках), имитация ведения шайбы (для укрепления мышц плечевого пояса и рук).

Практические занятия: Низкая и высокая стойка вратаря переход от одного вида стойки к другой. Т-образное скольжение (вправо, влево). Повороты в движении на 180⁰, 360⁰ в основной стойке вратаря. Скоростное маневрирование и выбор позиции. Малоактивная оборонительная система 1-2-2. Малоактивная оборонительная система 1-4. Тактическая комбинация «скрещивание». Тактическая комбинация «стенка».

Пионербол. Требования техники безопасности на занятиях по пионерболу. Совершенствование игры в пионербол.

Практические занятия: Блокирование нападающего броска с передачи. Эстафеты. Блокирование нападающего броска. Прыжки с подниманием рук вверх с места. Блокирование нападающего броска после перемещения, поворотов. Учебно-тренировочная игра. Упражнения на координацию. Страховка игрока слабо принимающего подачу. Учебная игра по правилам соревнований. Подача мяча по зонам и приём мяча. Упражнения на развитие выносливости. Учебная игра с заданиями.

8 класс

Знания о спортивно-оздоровительной деятельности.

Техники безопасности на занятиях по баскетболу. Общая и специальная физическая подготовка.

Практические занятия: Комбинированные беговые и прыжковые упражнения: с перемещением из различных исходных положений, бег на месте в упоре стоя с максимальной частотой шагов, рывки вперед, челночный бег, эстафеты с быстрым изменением характера, прыжки на одной и

обеих ногах через гимнастические скамейки, выпрыгивания, прыжки с доставанием предмета, прыжки вверх с подтягиванием коленей.

Контрольные игры и соревнования. Определение уровня технико-тактической подготовленности учащихся на данном этапе.

Практические занятия: Мини-баскетбол, баскетбол 3х3, 4х4. 5х5.

Контрольные испытания.

- броски по кольцу с расстояния 1 м.
- броски со средних и дальних дистанций.
- броски по кольцу после ведения.
- передачи мяча в парах.
- передачи мяча в движении.
- обводка стоек.
- передача и ловля мяча за 30 сек.

Штрафной бросок на время. Комбинированное упражнение.

Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью.

Футбол Требования техники безопасности на занятиях по футболу. Командные (игровые) виды спорта. Беседа. Специальная физическая подготовка. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Правильное расположение на футбольном поле. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Индивидуальные действия, определение игровой ситуации, выбор способа и направления ведения мяча.

Практические занятия: Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «Ударом по мячу» ногой. Пенальти. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Учебно-тренировочная игра. Удары по мячу головой. Хоккей.

Требования техники безопасности на занятиях хоккеем. Комплекс приемов техники движения на коньках по реализации стартовой и дистанционной скорости. Комплекс приемов техники по передвижению хоккеистов на коньках, направленный на совершенствование скоростного маневрирования.

Практические занятия: Командные атакующие действия: выход из зоны через центральных нападающих. Выход из зоны через защитников. Длинная атака, атака из средней зоны, атака схода, позиционная атака через защитников. Тактическая комбинация «заслон». Игра 8 неравных составах 5:4, 5:3. Учебно-тренировочная игра. Игра в нападении при численном меньшинстве. Атака схода при численном большинстве 2:1, 3:1, 3:2. Позиционная атака через центральных нападающих. Позиционная атака через крайних нападающих.

Способы спортивно - тренировочной деятельности.

Волейбол. Требования техники безопасности на занятиях по волейболу. Основные правила игры.

Практические занятия: Стойка игрока (исходные положения). Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх (в опорном положении). Передача мяча сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку). Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Техника игры в волейбол. Однонаправленные занятия посвящены только одному из компонентов подготовки волейболиста: технической, тактической или физической. Комбинированные занятия включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, тактическая и физическая подготовка. Целостно - игровые занятия построены на учебной двусторонней игре в волейбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.

Практические занятия: Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Прямой нападающий удар (по ходу). Нападающий удар с переводом вправо (влево). Передачи мяча в прыжке через сетку: с места; с небольшого разбега. Верхняя передача мяча в прыжке через сетку после предварительного подбрасывания над собой

(прыжок выполняется с места). Двусторонняя игра.

9 класс

Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью.

Баскетбол. Требования техники безопасности на занятиях по баскетболу.

Практические занятия: Техника ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных бросков. Двусторонняя игра с заданием. Передачи на максимальной скорости, нападение двумя центрами. Развитие гибкости. Техники борьбы за мяч, отскочившего от щита. Техники накрывания мяча при броске, наведение защитника на центрального игрока. Развитие скоростно-силовых Техника отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через центрального игрока качеств. Техника плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от центрального. Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Двусторонняя игра с заданием.

Футбол. Требования техники безопасности на занятиях по футболу.

Практические занятия: Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Выбивание мяча ударом ногой. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Позиционные нападения без изменения позиций. Двусторонняя игра с заданием.

Способы спортивно - тренировочной деятельности.

Хоккей. Требования техники безопасности на занятиях хоккеем.

Практические занятия: Упражнения для развития силовых качеств, упражнения для развития скоростных качеств, упражнения для развития скоростно-силовых качеств, упражнения для развития координационных качеств. Малоактивная оборонительная система 1-2-2. Малоактивная оборонительная система 1-4. Малоактивная оборонительная система 1-3-1. Малоактивная оборонительная система 0-5. Активная оборонительная система 2-1-2. Активная оборонительная система 3-2. Активная оборонительная система 2-2-1. Двусторонняя игра с заданием.

Волейбол. Требования техники безопасности на занятиях по волейболу.

Практические занятия: Повторение изученных элементов. Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями. Система игры в защите «углом вперед. Чередование способов подач. Имитация второй передачи и обман. Чередование способов подач. Взаимодействие игроков передней линии.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

«Спортивные игры» достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности на занятии и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты:

готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

Метапредметные результаты:

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные познавательные учебные действия:

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья, руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные коммуникативные учебные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения, оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные регулятивные учебные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относятся к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на

освоение каждой темы курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

5 класс

№ п/п	Тема, раздел курса	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Формы организации	Воспитательный потенциал
1.	Знания о спортивно-оздоровительной деятельности	8	Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А	Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие внимания и воображения. Просмотр видеоматериала.	Интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей
2.	Способы спортивно -	8	Большая олимпийская энциклопедия	Беседа, практические занятия.	Физического воспитания, формирования

	тренировочной деятельности		http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А	Игры. Упражнения на развитие умения работать в паре, группе. Просмотр видеоматериала с разбором ошибок.	культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;
3.	Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью	18	Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А	Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие силовых качеств, гибкости. Просмотр видеоматериала.	Уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране. Готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других

					людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков
--	--	--	--	--	---------------------------------------------------------------------------------------

6 класс

№ п/п	Тема, раздел курса	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Формы организации	Воспитательный потенциал
1.	Знания о спортивно-оздоровительной деятельности	8	Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А	Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие внимания и воображения. Просмотр видеоматериала.	Работа с информацией: применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев; выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления. Понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость

					<p>применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи; принимать цель совместной деятельности, Коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;</p>
2.	Способы спортивно - тренировочной деятельности	8	<p>Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А</p>	<p>Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие умения работать в паре, группе. Просмотр видеоматериала с разбором ошибок.</p>	<p>Планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, "мозговые штурмы" и иные); выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с</p>

					<p>другими членами команды;</p> <p>Оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;</p> <p>сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.</p>
3.	Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью	18	<p>Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А</p>	<p>Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие силовых качеств, гибкости. Просмотр видеоматериала.</p>	<p>Предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий; выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;</p> <p>Выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов.</p> <p>Самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом</p>

					самостоятельно выделенных критериев); Самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений.
--	--	--	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

7 класс

№ п/п	Тема, раздел курса	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Формы организации	Воспитательный потенциал
1.	Знания о спортивно-оздоровительной деятельности	8	Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А	Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие внимания и воображения. Просмотр видеоматериала.	Способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; Умение принимать себя и других, не осуждая; Умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять с собственным

					<p>эмоциональным состоянием сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека. Уважение к труду и результатам трудовой деятельности; Осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей. Объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации.</p>
2.	Способы спортивно - тренировочной деятельности	8	<p>Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkult-</p>	<p>Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие умения работать в паре, группе. Просмотр видеоматериала с разбором ошибок.</p>	<p>Понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения</p>

			uga.ru/ФизкультУР А		<p>групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи.</p> <p>Планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия).</p>
3.	Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью	18	<p>Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic</p> <p>Учительский портал www.uchportal.ru</p> <p>Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А</p>	<p>Беседа, практические занятия.</p> <p>Игры.</p> <p>Упражнения на развитие силовых качеств, гибкости.</p> <p>Просмотр видеоматериала.</p>	<p>Составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте; делать выбор и брать ответственность за решение.</p> <p>Самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений.</p>

№ п/п	Тема, раздел курса	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Формы организации	Воспитательный потенциал
1.	Знания о спортивно-оздоровительной деятельности	8	<p>Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР <u>А</u></p>	<p>Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие внимания и воображения. Просмотр видеоматериала.</p>	<p>Ценностное отношение к достижениям своей Родины - России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране. Готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; Активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в</p>

					<p>условиях индивидуального и общественного пространства. Предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий; выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;</p>
2.	Способы спортивно - тренировочной деятельности	17	<p>Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А</p>	<p>Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие умения работать в паре, группе. Просмотр видеоматериала с разбором ошибок.</p>	<p>Выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов. Составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, Распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект. Интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на</p>

					протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого.
3.	Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью	9	Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А	Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие силовых качеств, гибкости. Просмотр видеоматериала.	Готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков. Планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, "мозговые штурмы" и иные).

9 класс

№ п/п	Тема, раздел курса	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные	Формы организации	Воспитательный потенциал
-------	--------------------	------------------	----------------------------------------	-------------------	--------------------------

			ресурсы		
2.	Способы спортивно - тренировочной деятельности	8	<p>Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР <u>А</u></p>	<p>Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие умения работать в паре, группе. Просмотр видеоматериала с разбором ошибок.</p>	<p>Интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; Осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого. Сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций; Самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, Формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ</p>

					<p>жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;</p>
3.	<p>Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью</p>	18	<p>Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic Учительский портал www.uchportal.ru Онлайн-справочник http://www.fizkultura.ru/ФизкультУР А</p>	<p>Беседа, практические занятия. Игры. Упражнения на развитие силовых качеств, гибкости. Просмотр видеоматериала.</p>	<p>Понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи. Понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;</p>

					<p>В ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;</p> <p>Сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций; Умение принимать себя и других, не осуждая;</p>
--	--	--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------