

муниципальное казённое общеобразовательное учреждение Маслянинская основная общеобразовательная школа №4

|   |  |  |
|---|--|--|
| <p>Рассмотрена<br/>Педагогическом совете<br/>Протокол № <u>1</u><br/>от <u>31.08.2018г.</u><br/><i>Белый В.Г. Белый</i></p> | <p>«Согласовано»<br/>Организатор ВР в МКОУ<br/>Маслянинской ООШ №4<br/><i>Борцова</i><br/>Е.Н. Борцова<br/><u>30.08.2018г.</u></p> | <p>«Утверждаю»<br/>Директор<br/>МКОУ Маслянинская ООШ №4<br/><i>Серчук</i><br/>М.Б. Серчук<br/>Приказ № <u>62-0</u><br/>от <u>31.08.2018г.</u></p> |
|---|--|--|

Программа внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

Спортивно-оздоровительное направление

для обучающихся основной школы

Автор-составитель: Белый В.Г.,  
учитель физической культуры.

## Пояснительная записка

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных *направлений внеурочной деятельности* выделено спортивно - оздоровительное направление.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал программы предполагает изучение основ трёх спортивных игр: пионербола, волейбола, настольного тенниса и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

Предлагаемая программа по внеурочной деятельности «Спортивные игры» содержит:

- пояснительную записку, состоящую из введения, цели и задач программы;
- описание особенностей реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий;
- планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности;
- требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности;
- способы проверки результатов;
- материально-техническое обеспечение;
- тематическое планирование, состоящее из учебно-тематического плана и содержания программы по годам обучения;
- список литературы.

В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

*Принцип системности* предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

*Принцип преемственности* определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

*Принцип вариативности* предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

### **Цель и задачи программы**

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» 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, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Цель программы внеурочной деятельности «Спортивные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими задачами:

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

### **Общая характеристика курса**

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 5-6 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю в двух классах, всего 35 часов в год

Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 5 – 6 класс не более 1,5 часов в день. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

|  |
|--|
| 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.   |
| Контрольные занятия      | Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся. |

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| №<br>п/п | Спортивные игры   | Количество часов |          |           |
|----------|-------------------|------------------|----------|-----------|
|          |                   | Всего            | Теория   | Практика  |
| 1        | Пионербол         | 12               | 3        | 9         |
| 2        | Волейбол          | 14               | 3        | 9         |
| 3        | Настольный теннис | 9                | 2        | 7         |
|          | <b>ИТОГО</b>      | <b>35</b>        | <b>8</b> | <b>25</b> |

### Содержание программы

#### Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

*Личностные результаты* обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения 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 осознания ценности человеческой жизни.

**Метапредметные результаты:**

- способность 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;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:

| Личностные           | Регулятивные   | Познавательные   | Коммуникативные  |
|----------------------|--|--|--|
| 1. Самоопределение   | 1. Соотнесение известного и неизвестного                       | 1. Формулирование цели<br>2. Выделение необходимой информации  | 1. Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами |
| 2. Смыслообразование | 2. Планирование<br>3. Оценка<br>4. Способность волевому усилию | 3. Структурирование<br>4. Выбор эффективных способов решения учебной задачи<br>5. Рефлексия<br>6. Анализ и синтез<br>7. Сравнение<br>8. Классификации<br>9. Действия постановки и решения проблемы | 2. Постановка вопросов<br>3. Разрешение конфликтов                     |

*Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:*

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

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

**Предметные результаты:** Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
  - правила оказания первой помощи;
  - способы сохранения и укрепление здоровья;
  - свои права и права других людей;
  - влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
  - значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- должны уметь:
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
  - выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
  - заботиться о своем здоровье;
  - применять коммуникативные и презентационные навыки;
  - оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
  - находить выход из стрессовых ситуаций;
  - принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
  - адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
  - отвечать за свои поступки;
  - отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся смогут получить знания:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
  - правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
  - названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
  - наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
  - упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
  - контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
  - основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
  - жесты судьи спортивных игр;
  - игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;
- могут научиться:
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
  - выполнять технические приёмы и тактические действия;
  - контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
  - играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
  - демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
  - проводить судейство спортивных игр.

**Основной показатель реализации программы «Спортивные игры»** - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в

количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении учебного года), результаты участия в соревнованиях.

### **Список литературы**

Барчукова Г.В. «Учись играть в настольный теннис». М.: Советский спорт, 1989.- 48с.,ил. (физкультурная библиотека школьника).

Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.- 77с.: ил.- (Работаем по новым стандартам).

Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для В67 детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст].- М.: Советский спорт. 2005.-112с.

Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.- (Стандарты второго поколения).

Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.

Календарно – тематический план 5 класс

| № п\п | Тема занятия  | Дата     | Форма занятия                      | Планируемые результаты   | продукт           | Общешкольное мероприятие | Межведомственное взаимодействие |
|-------|---|----------|------------------------------------|--|-------------------|--------------------------|---------------------------------|
| 1     | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ на занятиях пионерболом   | 06.09.18 | Беседа<br>Инструктаж               | - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;   | Памятка по т\б.   |                          |                                 |
| 2     | История возникновения игры пионербол. Правила игры  | 13.09.18 | Презентация                        | - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;<br>- излагать факты истории возникновения игр,  |                   |                          |                                 |
| 3     | Организация и проведение соревнований по пионерболу   | 20.09.18 | Товарищеская игра                  | характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;<br>- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;   |                   |                          |                                 |
| 4     | Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.                       | 27.09.18 | Игровое имитационное моделирование | - находить ошибки при проведении игр, отбирать способы их исправления;   | Техника выполненя | День здоровья            |                                 |
| 5     | Передача и ловля мяча двумя руками.   | 04.10.18 | Учебная игра                       | - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;<br>- планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;   |                   |                          | День учителя                    |
| 6     | Передача мяча различными способами, передача с ударом в пол с места, то же – в прыжке с места и с 2-3 шагов разбега | 11.10.18 | Игровое имитационное моделирование | - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;<br>- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности;                   | Техника выполненя |                          |                                 |
| 7     | Прямой нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега двумя руками из-за головы (бросок).                          | 18.10.18 | Учебная игра                       | - умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;   |                   | Техника выполненя        |                                 |
| 8     | Передача мяча различными способами, передача с ударом в пол с места, то же – в прыжке с места и с 2-3 шагов разбега | 25.10.18 | Игровое имитационное моделирование | - активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;<br>- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; | Техника выполненя | «Осенины»                |                                 |
| 9     | Подача броском одной рукой (сверху или снизу).  | 01.11.18 | Учебная игра                       |  |                   |                          |                                 |



|    |  |          |                                     |  |                       |                                    |  |
|----|--|----------|-------------------------------------|--|-----------------------|------------------------------------|--|
| 10 | Пионербол  | 08.11.18 | Учебная игра                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</li> <li>- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.</li> <li>- планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг;</li> <li>- излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;</li> <li>- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</li> <li>- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при организации и проведении игр, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;</li> </ul>  | игра                  | Праздник здоровья                  |  |
| 11 | Пионербол  | 15.11.18 | Учебная игра                        |  | игра                  | «Мама, папа, я – спортивная семья» |  |
| 12 | Пионербол  | 22.11.18 | Товарищеская игра                   |  | игра                  |                                    |  |
| 13 | Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения игры волейбол                               | 29.11.18 | Беседа<br>Инструктаж<br>презентация | <ul style="list-style-type: none"> <li>- находить ошибки при проведении игр, отбирать способы их исправления;</li> <li>- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;</li> <li>- планировать и распределять нагрузку и отдых в процессе игровой деятельности;</li> <li>- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;</li> <li>- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта при использовании их в игровой деятельности;</li> <li>- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;</li> <li>- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</li> <li>- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;</li> <li>- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</li> </ul> | Памятка по т\б.       |                                    |  |
| 14 | Правила игры. Организация и проведение соревнований по волейболу   | 06.12.18 | Условия и правила игры.             |  | Памятка правила игры. |                                    |  |
| 15 | Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.              | 13.12.18 | Разучивание игры. Игра              |  | Техника выполненя     | День здоровья                      |  |
| 16 | Передача мяча двумя руками сверху после перемещения.   | 20.12.18 | Разучивание игры. Игра              |  | Техника выполненя     |                                    |  |
| 17 | Верхняя и нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча) | 27.12.18 | Разучивание игры. Игра              |  | Техника выполненя     |                                    |  |
| 18 | Верхняя и нижняя передача мяча на точность после перемещения. Учебная игра в пионербол                     |          | Разучивание игры. Игра              |  | Техника выполненя     |                                    |  |
| 19 | Отбивание мяча кулаком   |          | Разучивание игры.                   |  |                       |                                    |  |

|    |  |  |                                     |   |                 |                   |                    |
|----|--|--|-------------------------------------|---|-----------------|-------------------|--------------------|
|    | через сетку, тактика верхней и нижней передачи мяча. Подвижная игра «охотники и утки»  |  | Игра                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.</li> <li>- планировать игры в режиме дня, организовывать отдых и досуг;</li> <li>- излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;</li> <li>- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</li> </ul>   |                 |                   |                    |
| 20 | Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощенным правилам   |  | Разучивание игры.<br>Игра           |   |                 |                   |                    |
| 21 | Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием   |  | Разучивание игры.<br>Игра           |   |                 |                   |                    |
| 22 | Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Пионербол с элементами волейбола |  | Разучивание игры.<br>Игра           |   |                 | Техника выполненя |                    |
| 23 | Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи. Пионербол с элементами волейбола  |  | Учебная игра                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;</li> <li>- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;</li> <li>- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и игровой деятельности;</li> <li>- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;</li> <li>- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.</li> </ul> |                 | «Зарница»         |                    |
| 24 | Групповые упражнения в передаче, эстафеты с элементами волейбола   |  | Учебная игра по упрощенным правилам |   |                 |                   |                    |
| 25 | Пионербол с элементами волейбола   |  | Учебная игра                        |   |                 | Учебная игра.     | «А ну-ка, девочки» |
| 26 | Инструктаж по ТБ на занятиях настольным теннисом.<br>История возникновения игры  |  | Беседа<br>Инструктаж<br>презентация | <ul style="list-style-type: none"> <li>- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</li> <li>- проявлять положительные качества личности и</li> </ul>  | Памятка по т\б. | «Уроки этики»     |                    |

|    |   |  |                                      |   |        |             |  |
|----|---|--|--------------------------------------|---|--------|-------------|--|
| 27 | Правила игры. Организация и проведение соревнований по настольному теннису                      |  | Условия и правила игры. Игра         | <p>управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;</p> <p>- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</p> <p>- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.</p>   |        |             |  |
| 28 | Набивание мяча ладонной и тыльной стороной ракетки. Хватка ракетки. Открытая и закрытая рулетка |  | Условия и правила ролевой игры. Игра |   |        |             |  |
| 29 | Изучение хваток, плоскостей вращения мяча, выпадов. Передвижение игрока приставными шагами      |  |                                      |   |        |             |  |
| 30 | Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи                                |  | Работа над творческим проектом       | <p>- излагать факты истории возникновения игр, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;</p> <p>- представлять игру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</p> <p>- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;</p> <p>- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью;</p> <p>- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время игр;</p> <p>- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;</p> <p>- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;</p> | Проект |             |  |
| 31 | Обучение техники подачи прямым ударом, совершенствование плоскостей вращения мяча               |  | Игра – подача                        |   | Проект | «Звездопад» |  |
| 32 | Обучение подачи «Маятник».  |  | Учебная игра с элементами подач      |   |        |             |  |
| 33 | Совершенствование подачи «Маятник», «Веер», техника отскока мяча в игре                         |  | Учебная игра с элементами подач      |   |        |             |  |
| 34 | Обучение технике «срезка» мяча справа, слева  |  | Учебная игра с элементами подач      |   |        |             |  |
| 35 | Учебная игра с изученными элементами  |  | Учебная игра с изученными элементами |   |        | «Звездопад» |  |

Календарно – тематический план 6-8 класс

| № п\п | Тема занятия   | Дата     | Форма занятия                      | Планируемые результаты   | продукт                    | Общешкольное мероприятие | Межведомственное взаимодействие |
|-------|--|----------|------------------------------------|--|----------------------------|--------------------------|---------------------------------|
| 1     | Правила по технике безопасности на занятиях спортивных игр.<br>Краткий исторический очерк развития волейбола.<br><b>Разучивание стойки игрока</b> (исходные положения) | 07.09.18 | Беседа<br>Инструктаж               | Знать об истории возникновения и развития волейбола. Правила безопасности на занятиях волейболом.  | Памятка по ТБ.             | «Осенины»                |                                 |
| 2     | Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом.<br>Стойка игрока (исходные положения). Игра «Перестрелка»   | 14.09.18 | Учебный процесс                    | Уметь выполнять стойки игрока; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.)  | Правила игры «Перестрелка» |                          |                                 |
| 3     | <b>Перемещение в стойке</b> приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.<br>Общая и специальная физическая подготовка.                                       | 21.09.18 | Игровое имитационное моделирование | Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.) | Техника выполнения         |                          |                                 |
| 4     | <b>Перемещение в стойке</b> приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Общая и специальная физическая подготовка.<br>Подвижные игры и эстафеты.            | 28.09.18 | Игровое имитационное моделирование |  | Техника выполнения         |                          |                                 |
| 5     | <b>Перемещение в стойке</b> приставными шагами: правым, левым боком,   | 05.10.18 | Игровое имитационное моделирование |  | ОФП.                       |                          |                                 |

|    |  |          |                                      |  |                       |                   |  |
|----|--|----------|--------------------------------------|--|-----------------------|-------------------|--|
|    | лицом вперёд. Общая и специальная физическая подготовка.   |          |                                      |  |                       |                   |  |
| 6  | Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд. Общая и специальная физическая подготовка.   | 12.10.18 | Учебный процесс                      |  | ОФП.                  | Самые выносливые. |  |
| 7  | Правила игры. Игровое занятие  | 19.10.18 | Учебная игра с изученными элементами | Знать правила игры волейбол. Правила безопасности на занятиях волейболом.  | Памятка правила игры. |                   |  |
| 8  | Разучивание сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игры «Перестрелка», «Пионербол       | 26.10.18 | Учебный процесс                      | Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.) |                       |                   |  |
| 9  | Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх) Игры «Перестрелка», «Пионербол».                 | 02.11.18 | Учебный процесс                      |  | Техника выполнения    |                   |  |
| 10 | Общая физическая подготовка. Эстафеты с различными способами перемещений.  | 09.11.18 | Учебный процесс                      | Уметь выполнять стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом, спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.) | ОРУ.                  |                   |  |
| 11 | Общая и специальная физическая подготовка. Разучивание верхней передачи мяча над собой. Игры «Перестрелка», «Пионербол». | 16.11.18 | Учебный процесс                      | Уметь выполнять передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передачи мяча над собой, то же через сетку.   | ОРУ.                  | А ну-ка парни.    |  |
| 12 | Общая и специальная физическая подготовка. Верхняя передача мяча над собой.  | 23.11.18 | Учебный процесс                      |  | ОРУ.                  |                   |  |
| 13 | Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Верхняя передача мяча                                       | 30.11.18 | Учебный процесс                      |  |                       |                   |  |

|    |   |          |                                      |   |                       |                             |  |
|----|---|----------|--------------------------------------|---|-----------------------|-----------------------------|--|
|    | над собой<br>Подвижные игры и эстафеты.   |          |                                      |   |                       |                             |  |
| 14 | Общая физическая подготовка. Игровое занятие.   | 07.12.18 | ОФП                                  |   |                       |                             |  |
| 15 | Разучивание верхней передачи мяча у стены. Введение в начальные игровые ситуации. Подвижные игры и эстафеты.    | 14.12.18 | Учебный процесс                      |   | Спец. Упр.            | «Зарница»                   |  |
| 16 | Верхняя передача мяча в парах. Введение в начальные игровые ситуации. Подвижные игры и эстафеты.                | 21.12.18 | Учебный процесс                      |   |                       |                             |  |
| 17 | Общая и специальная физическая подготовка. Верхняя передача мяча у стены, в парах, через сетку. Подвижные игры. | 28.12.18 | Учебный процесс                      |   | Спец. Упр ОРУ.        |                             |  |
| 18 | Правило игры. Игровое занятие.  | 11.01.19 | Учебная игра с изученными элементами | Знать правила игры волейбол. Правила безопасности на занятиях волейболом. | Памятка правила игры. | Товарищеская встреча с 5шк. |  |
| 19 | Игровые упражнения. Разучивание нижней прямой подачи с середины площадки.                                       | 18.01.19 | Учебный процесс                      | Уметь выполнять нижнюю прямую подачу с середины площадки.                 |                       |                             |  |
| 20 | Общая физическая подготовка.нижней прямая подача с середины площадки.   | 25.01.19 | Учебный процесс                      |   | ОРУ                   |                             |  |
| 21 | Общая физическая подготовка.нижней прямая подача с середины площадки.   | 01.02.19 | Учебный процесс                      |   | ОРУ.                  |                             |  |
| 22 | Общая физическая подготовка.нижней прямая подача с середины площадки.   | 08.02.19 | Учебный процесс                      |   | ОРУ с мячом и без.    |                             |  |

|    |   |          |                                      |   |                       |                 |  |
|----|---|----------|--------------------------------------|---|-----------------------|-----------------|--|
| 23 | Правила игры. Игровое занятие.  | 15.02.19 | Учебная игра с изученными элементами | Знать правила игры волейбол. Правила безопасности на занятиях волейболом.   | Памятка правила игры. | «Уроки этики»   |  |
| 24 | Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя передача над собой.   | 22.02.19 | Учебный процесс                      | Уметь выполнять передачи мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед; передачи мяча над собой, то же через сетку. |                       |                 |  |
| 25 | Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя передача над собой. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя передача над собой. |          | Учебный процесс                      |   | Спец. Упр.            |                 |  |
| 26 | Игровые упражнения. Нижняя передача над собой.  |          | Учебный процесс                      |   |                       |                 |  |
| 27 | Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола. Игровое занятие   |          | Учебная игра                         |   |                       | Весёлые старты. |  |
| 28 | Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя передача мяча у стены, в парах.   |          | Учебный процесс                      |   |                       |                 |  |
| 29 | Нижняя передача мяча у стены, в парах. Подвижные игры.  |          | Учебный процесс                      |   |                       |                 |  |
| 30 | Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя передача мяча у стены, в парах. Эстафеты с элементами волейбола.  |          | Учебный процесс                      |   | Специальные упр.      | День здоровья.  |  |
| 31 | Общая и специальная   |          | ОФП                                  | Знать правила игры волейбол. Правила  | ОРУ                   |                 |  |

|    |   |  |                 |  |                   |            |  |
|----|---|--|-----------------|--|-------------------|------------|--|
|    | физическая подготовка. Игровое занятие.   |  |                 | безопасности на занятиях волейболом.   |                   |            |  |
| 32 | Приём мяча с подачи у стены. Игры и эстафеты с элементами волейбола.                                |  | Учебный процесс | Уметь выполнять прием мяча через сетку, в парах, подачу мяча в парах, с середины площадки. |                   |            |  |
| 33 | Подача и приём мяча в парах. Игры и эстафеты с элементами волейбола.                                |  | Учебный процесс |  |                   |            |  |
| 34 | Подача и приём мяча через сетку в парах с середины площадки. Игры и эстафеты с элементами волейбола |  | Учебная игра    |  |                   | «Весенины» |  |
| 35 | Общая физическая подготовка. Игровое занятие.   |  | ОФП             |  | ОРУ без предметов |            |  |



