

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивные игры разработана в соответствии с основными положениями ФГОС начального общего образования, составлена на основе «Программы по физической культуре для 4 классов», В.И.Лях, - М., Просвещение, 2018 г.;

Нормативно-правовое основание разработки программы

- ФБУП (приказ от 09.03.2004г. № 1312);
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Федеральный компонент государственного образовательного стандарта.
- основная образовательная программа основного общего образования Школа № 86 имени Героя Социалистического Труда В.Я. Литвинова (2013 г.);
- учебный план школа № 86 имени Героя Социалистического Труда В.Я. Литвинова на 2022-2023 учебный год;
- Положение о рабочей программе по предмету, курсу, дисциплине (модулю) педагогов школы № 86 имени Героя Социалистического Труда В.Я. Литвинова.

Назначение программы

Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания учащихся, формируя у школьников целостное представление о физической культуре. Спортивная игра баскетбол с нестандартными движениями и работой переменной мощности. Образовательная область «Спортивные игры» призвана сформулировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостном развитии своих физических и психических качеств. В процессе освоения учебного материала обеспечивается формирование о единстве биологического, психического и социального начала в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психосоматической природы. Спортивные игры характеризуется целенаправленным развитием и совершенствованием духовных и природных сил и нравственного воспитания детей развитие познавательных интересов, выработка воли и характера, воспитания чувства коллективизма.

Данная программа предназначена для занятий в спортивной секции спортивные игры для 4 классов. Она предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений и участие в спортивных соревнованиях. Теоретические сведения сообщаются в процессе практических занятий.

Актуальность программы

Актуальность программы заключается в том, что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в школе. Спортивные упражнения, подвижные игры с мячом играют особую роль во всестороннем физическом развитии школьников. В играх и действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. Игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. В ходе их школьники упражняются не только в бросании и ловле мяча, забрасывании его в корзину, метании на дальность и в цель, но также в ходьбе, беге, прыжках. Выполняются эти движения в постоянно изменяющейся обстановке. Это способствует формированию у учащихся умений самостоятельно применять движения в зависимости от условий игры. Занятия с мячом, при соответствующей организации их проведения, благоприятно влияют на работоспособность ребенка. Упражнения с мячами различного веса и диаметра развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей. При ловле и бросании мяча ребенок действует обеими руками. Это способствует гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

Возрастная группа обучающихся

В кружке спортивные игры занимаются учащиеся 4 классов с разным уровнем физической подготовленности. Группа здоровья основная и подготовительная. Количество обучающихся в группе от 20 до 30 человек.

Объём часов, отпущенных на занятия

Распределение учебного времени по реализации видов деятельности в процессе занятий секции спортивные игры для учащихся 4-х классов представлено в примерном учебном плане.

Продолжительность одного занятия

Рабочая программа по спортивным играм предназначена для детей 4 классов, имеющих медицинские показания, и рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся в групповой форме, продолжительностью 35 минут 1 раз в неделю.

Цель внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» – развивать физические качества учащихся, совершенствовать двигательные умения, удовлетворять индивидуальные двигательные потребности.

Цель конкретизирована следующими задачами:

1. Образовательные:

- ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;
- формировать правильную осанку;
- обучать диафрагмально-релаксационному дыханию;
- изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;
- формировать у обучающихся навыки здорового образа жизни;
- сформировать общие представления о технике и тактике игры в пионербол, начальные навыки судейства;

2. Развивающие:

- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
- совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.

3. Воспитательные:

- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;

Содержание программы

1. Основные понятия об игре баскетбол, стритбол

1.1 История, современное состояние и перспективы развития баскетбола.

Происхождение игры баскетбол. Перспектива развития баскетбола
Сущность девиза «Один за всех и все за одного!». Взаимоотношения людей в коллективе и влияние коллектива на личность и личности на коллектив.
Ознакомление с терминологией спортивной игры баскетбол.

1.2 Основы физической и специальной подготовки. Правила самоконтроля и техника безопасности во время занятий.

Понятие «физическая подготовка», «специальная подготовка» и их различие.

14

Понятие «физическая нагрузка» и способы ее измерения. Интенсивность и объем физической нагрузки. Контроль физической нагрузки и ее регулирование во время занятий физическими упражнениями (по частоте сокращений, внешним признакам, самочувствию). Ведение дневника самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, состоянием здоровья и работоспособностью. Правила техники безопасности во время занятий баскетболом.

2. Специальная подготовка

1.1. Стойка и передвижения, остановки, повороты.

Упражнения без мяча: основная стойка, передвижения в основной стойке приставными шагами правым (левым) боком, изменением скорости и направления движения, прыжок вверх толчком одной, приземление на другую ногу; остановка в движении по звуковому сигналу. Остановка прыжком.

2.2. Ведение мяча на месте

Ведение мяча на месте различного вида (высокое, низкое); ведение мяча сидя на скамье.

2.3. Ведение мяча в движении

Ведение мяча на месте правой и левой рукой в сочетании с развитием координационных способностей. Ведение мяча в движении: (по прямой, кругу, змейкой, челночное ведение). Ведение мяча без контроля зрением, ловля и передача с отскоком от пола при параллельном и встречном движении.

2.4. Ловля и передача мяча

Упражнения с мячом: жонглирование мячом, ловля и передача мяча (набивного). Обучение передаче мяча двумя руками от груди на месте и в движении в сочетании с развитием быстроты. Передача мяча одной рукой от плеча в сочетании с развитием координационных способностей. Передачи мяча двумя руками от груди и одной от плеча в движении. Ловля и передача мяча со сменой места после передачи в сочетании с развитием координационных способностей. Передачи и ловля мяча в движении со сменой мест занятий. Двухсторонняя игра по упрощенным правилам. Ловля высоко летящего мяча, ведение без зрительного контроля с изменением направления. Вырывание и выбивание мяча в сочетании с совершенствованием передачи мяча в движении. Двухсторонняя игра по правилам баскетбола.

2.5. Броски мяча в кольцо с места

Бросок мяча с места партнеру, бросок мяча двумя руками от груди с места с отражением от щита, бросок мяча одной рукой от плеча с места, бросок по кольцу со штрафной линии.

2.6. Броски мяча в кольцо в движении

- Бросок мяча одной рукой от плеча (сверху) с места с развитием скоростно-силовых качеств.
- Бросок мяча в кольцо одной рукой от плеча после ведения в сочетании развитием скоростно-силовых качеств.
- Бросок мяча после ведения с развитием быстроты.
- Бросок мяча двумя руками от головы на месте со средней дистанции с развитием быстроты. Правила соревнований по мини-баскетболу.
- Бросок мяча одной рукой от плеча сверху после ведения (проход-бросок) в сочетании с обманными действиями. Правила соревнований по баскетболу.

3. Общая физическая подготовка

3.1. Подвижные игры

Подвижные игры и различные упражнения, развивающие двигательные качества и совершенствующие владение ловлей и передачей мяча. Подвижные игры: «Воробьи и вороны», «День ночь», «салки с мячом», «пятнашки», «мяч соседу», «круговая охота (с ведением мяча)», «защита стойки», «салки спиной к щиту», «рывок за мячом», «мяч капитану», игровые эстафеты и др.

3.2. Развитие физических качеств

Упражнения на развитие быстроты движений: ходьба и бег в различных направлениях в максимальном темпе с внезапными остановками и выполнением различных заданий типа: прыжки вверх, назад, вправо, влево; приседания; бег с максимальной частотой шагов и максимальной скоростью с выпрыгиванием вверх и доставанием ориентиров левой (правой) рукой; бег с максимальной скоростью между стоек (лицом и спиной вперед); бег с максимальной скоростью с предварительным выполнением многоскоков; ускорения по прямой с выпадами в правую и левую стороны; ускорения с доставанием рукой мяча, подвешенного на разной высоте.

Упражнения на развития выносливости:

Бег на большие дистанции; круговая тренировка с использованием беговых и прыжковых упражнений, упражнений на пресс, силовых упражнений; двухсторонняя игра в соревновательном темпе. повторный «гладкий» бег и бег «змейкой» в режиме большой интенсивности; кроссовый бег и бег по пересеченной местности; полосы препятствий с увеличенным объемом разнообразных прыжковых упражнений; игра в мини- баскетбол с увеличивающимся временем игры.

Упражнения на развитие силы:

Комплексы упражнений с дополнительными отягощениями на основные мышечные группы; ходьба в глубоком приседе; прыжки на одной и двух ногах, с продвижением вперед, по кругу, «змейкой», на месте с поворотом на 180 и 360); прыжки со скакалкой (и с укороченной скакалкой) на месте, выполняемые в режиме повторно-интервального упражнения.

Упражнения для развития ловкости:

Акробатические прыжки, старты из разных исходных положений, челночный бег, броски мяча из разных исходных положений, подвижные игры, акробатические упражнения (двойные и тройные кувырки вперед и назад); бег с «тенью» (повторение движений партнера); прыжки по разметкам с изменяющейся амплитудой движений; броски малого мяча в стену одной (двумя) рукой с последующей его ловлей после отскока от стены (от пола); ведение мяча между стоек; ведение мяча с изменяющейся по команде скоростью и направлением передвижения; ведение теннисного мяча.

Результативность курса:

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

4. Личностные, метапредметные и предметные результаты по физической культуре.

Личностные результаты

- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Для проведения занятий в секции имеется следующее оборудование и инвентарь:

1.	Мячи баскетбольные	30 штук
2.	Баскетбольные щиты	6 штук
3.	Гимнастическая стенка	18 пролетов
4.	Гимнастические скамейки	12 штуки
5.	Гимнастические маты	25 штуки
6.	Скакалки	30 штук
7.	Мячи набивные (масса 1 кг)	25 штук
8.	Мячи для метания	50 штук
9.	Гантели различной тяжести	10 штук
10.	Обручи	30 штуки
11.	Фишки	15 штук
12.	Разный мелкий инвентарь	

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НА ГОД.
4 класс**

№	Раздел программы	Тема	Содержание учебного материала	Требования к уровню подготовки обучающихся	Количество часов
1	Подвижные игры 3 часа	Экскурсия в страну «Спортландия». Правила безопасности на занятиях подвижными играми. Игра «К своим флажкам».	Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными играми. Упражнения в ходьбе. Комплекс № 1. Обычный бег. Понятия: подвижная игра, правила игры. Игра «К своим флажкам»	Осваивать технику безопасности. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах.	11
2	Подвижные игры	Общеразвивающие упражнения. Игра «Пятнашки».	ОРУ в движении. Комплекс ОРУ № 2. Подвижная игра «Пятнашки».	Уметь играть в подвижные игры с бегом	1
3	Подвижные игры	Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра «Прыгающие воробышки»	ОРУ в движении. Прыжки на месте на двух и одной ноге. Подвижная игра «Прыгающие воробышки».	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками	1
4	Общая физическая подготовка 4 часа	Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой. Развитие скоростно-силовых способностей	Инструктаж по технике безопасности на занятиях общей физической подготовкой. ОРУ в движении. Понятия: физические качества (способности), общая физическая подготовка. Прыжок в длину с места. Эстафеты.	Осваивать технику безопасности. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Проявлять скоростно-силовые способности.	1
5	Общая физическая подготовка	Развитие скоростных способностей. Эстафеты с бегом и прыжками.	ОРУ в движении. Комплекс ОРУ № 2. Эстафеты с бегом и прыжками.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств.	1

				Проявлять скоростные способности.	
5	Общая физическая подготовка	Развитие скоростных способностей Эстафеты.	ОРУ в движении. Комплекс ОРУ № 2. Эстафеты.	Проявлять скоростные способности	1
7	Общая физическая подготовка	Развитие выносливости Прыжки со скакалкой.	Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Прыжки со скакалкой.	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Осваивать технику прыжков со скакалкой.	1
8	Подвижные игры	Общеразвивающие упражнения. Игра «Зайцы в огороде».	ОРУ в движении и на месте. Подвижная игра «Зайцы в огороде».	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками	1
9	Организация и проведение спортивных мероприятий	Спортивный праздник «Мы сильные, мы ловкие	Эстафеты и спортивные конкурсы между командами классов.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности	1
10	Подвижные игры 4 часа	Правила безопасности на занятиях подвижными играми. Игра «Лисы и куры».	Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными играми. ОРУ в движении Комплекс ОРУ № 2. Подвижная игра «Лисы и куры».	Осваивать технику безопасности. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками	1
11	Подвижные игры	Общеразвивающие упражнения с предметами: с малым мячом. Игра «Играй, играй, мяч не теряй»	ОРУ в движении Комплекс ОРУ № 2. Подвижная игра «Играй, играй, мяч не теряй».	Осваивать технику различных упражнений с мячом. Уметь играть в подвижные игры с мячом.	1
12	Подвижные игры	Игры с прыжками с использованием скакалки	ОРУ в движении и на месте. Подвижная игра «Рыбак и рыбки».	Осваивать технику упражнений со скакалкой и прыжков через скакалку.	1
13	Подвижные игры	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Третий лишний	ОРУ в движении Комплекс ОРУ № 2. Подвижная игра «Третий лишний».	Уметь играть в подвижные игры с бегом	1
14	Общая физическая	Правила безопасности на занятиях общей	Инструктаж по технике	Осваивать технику безопасности.	1

	подготовка 2 часа	физической подготовкой. Развитие силовых способностей. Ползание по гимнастической скамейке.	безопасности на занятиях общей физической подготовкой. ОРУ в движении Комплекс ОРУ № 2. Ползание по гимнастической скамейке различными способами	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Осваивать технику ползания по гимнастической скамейке. Проявлять силовые способности.	
15	Общая физическая подготовка	Развитие силовых способностей и гибкости. Лазание по гимнастической стенке	ОРУ в движении Комплекс ОРУ № 2. Лазание по гимнастической стенке.	Осваивать технику лазания по гимнастической стенке. Проявлять силовые способности и гибкость	1
16	Организация и проведение спортивных мероприятий 1 час	Спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья».	Эстафеты и спортивные конкурсы между семейными командами.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	1
3 четверть					
17	Баскетбол 3 ч	Правила безопасности на занятиях баскетболом. Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте	Инструктаж по технике безопасности на занятиях баскетболом. Понятия: что такое баскетбол, цель игры, правила игры. Комплекс ОРУ № 2. . Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай – поймай». Развитие координационных способностей	Осваивать технику броска и ловли мяча. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Проявлять координационные способности	1
18	Баскетбол	Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит	Комплекс ОРУ № 2. Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит. Игра «Бросай –	Осваивать технику передачи, ловли и броска мяча в щит мяча.	1

			поймай». Развитие координационных способностей		
19	Баскетбол	Бросок мяча в корзину. Тестирование силовых способностей: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность	ОРУ. Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в корзину. Тестирование: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность. Игра «Бросай – поймай»	Осваивать технику передачи, ловли и броска мяча в корзину. Демонстрировать бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность	1
20	Организация и проведение спортивных мероприятий 1 час	Спортивный праздник «Страна баскетболия»	Эстафеты и спортивные конкурсы с передачей, ловлей, ведением баскетбольного мяча между командами классов	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности	1
21	Общая физическая подготовка 2 часа	Развитие координационных способностей	ОРУ в движении. Комплекс ОРУ № 2. Эстафеты с передачами, ловлей и ведением баскетбольного мяча.	Осваивать технику передач, ловли и ведения баскетбольного мяча. Проявлять координационные способности	1
22	Общая физическая подготовка	Тестирование координационных способностей	ОРУ в движении Комплекс ОРУ № 2. Тестирование: прыжки в сторону через линию за 20 сек. Эстафеты с передачей, ловлей и ведением баскетбольного мяча	Осваивать технику передач, ловли и ведения баскетбольного мяча. Проявлять координационные способности. Демонстрировать прыжки в сторону через линию за 20 сек	1
23	Подвижные игры 2 часа	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Два мороза».	ОРУ в движении Комплекс ОРУ № 2. Подвижная игра «Два мороза».	Уметь играть в подвижные игры с бегом.	1
24	Подвижные игры	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Космонавты	ОРУ в движении Комплекс ОРУ № 2. Подвижная игра «Космонавты».	Уметь играть в подвижные игры с бегом.	1
25	Организация и	Спортивный праздник: «Проводы	Спортивные конкурсы между	Общаться и взаимодействовать	1

	проведение спортивных мероприятий 1 час	русской зимы - масленица».	командами классов.	в игровой деятельности	
26	пионербол	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. П.И «Переход.»	Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Специальные упражнения в парах	Осваивать технику владения мячом	1
27	пионербол	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Броски мяча в парах, в стенку, через сетку.	ОРУ в движении. Специальные упражнения в пар. Правила игры.	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в парах и команде.	1
28	пионербол	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. Упражнения с набивным мячом.	Подача мяча в парах и через сетку. Правила игры.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности	1
29	пионербол	Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления.	Подача мяча в парах и приём мяча в тройках после перемещения.	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в парах и команде	1
30	пионербол	Передача мяча внутри команды. Упражнения для рук, ног, туловища. Передача мяча через сетку с места.	Учебно тренировочная игра. Соблюдать правила игры.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности	1
31	Мини-футбол 3 часа	Правила безопасности на занятиях мини-футболом. Удар по неподвижному и катящему мячу	Инструктаж по технике безопасности на занятиях мини-футболом. ОРУ в движении. Понятия: цель, правила игры, площадка, состав команды в мини-футболе. Специальные упражнения в парах. Эстафеты.	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в парах и команде	1
32	Мини-футбол	Остановка мяча, ведение мяча. Остановка мяча, ведение мяча	ОРУ в движении. Специальные упражнения в парах. Эстафеты с ведением	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в	1

			футбольного мяча.	парах и команде.	
33	Мини-футбол	Остановка мяча, ведение мяча	ОРУ в движении. Специальные упражнения в парах. Игра в мини-футбол.	Осваивать технику владения мячом и универсальные умения по взаимодействию в команде.	1
34	Организация и проведение спортивных мероприятий 1 час	Соревнование.	Разминка с мячами	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности	1

Поурочное планирование 4 класс (34 часа)

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	<i>Раздел 1. Знания о физической культуре</i> Из истории развития физической культуры в России	1	0	0	Устный опрос;
2.	Из истории развития национальных видов спорта	1	0	0	Устный опрос;
3.	<i>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</i> Предупреждение травм на занятиях подвижными и спортивными играми.	1	0	0	Устный опрос;
4.	Самостоятельная физическая подготовка	1	0	0	Устный опрос;
5.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки	1	0	1	Практическая работа;
6.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки	1	0	1	Практическая работа;
7.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки	1	0	1	Практическая работа;
8.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки	1	0	1	Практическая работа;
9.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки	1	0	1	Практическая работа;

10.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки	1	0	1	Практическая работа;
11.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Волейбол. Технические действия игры волейбол	1	0	1	Практическая работа;
12.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Волейбол. Технические действия игры волейбол	1	0	1	Практическая работа;
13.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Волейбол. Технические действия игры волейбол	1	0	1	Практическая работа;
14.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Волейбол. Технические действия игры волейбол	1	0	1	Практическая работа;
15.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Волейбол. Технические действия игры волейбол	1	0	1	Практическая работа;
16.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	1	0	0	Устный опрос;
17.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Зачёт
18.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	1	0	0	Устный опрос;
19.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Баскетбол. Технические действия игры баскетбол	1	0	1	Практическая работа;
20.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Баскетбол. Технические действия игры баскетбол	1	0	1	Практическая работа;
21.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Баскетбол. Технические действия игры баскетбол	1	0	1	Практическая работа;
22.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Баскетбол. Технические действия игры баскетбол	1	0	1	Практическая работа;
23.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Баскетбол. Технические действия игры баскетбол	1	0	1	Практическая работа;
24.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Круговая тренировка. Развитие выносливости. Подвижная игра «Перестрелка».	1	0	1	Практическая работа;

25.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Эстафеты с ведением мяча.	1	0	1	Практическая работа;
26.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Эстафеты с применением изученных элементов.	1	0	1	Практическая работа;
27.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Работа в парах ,совершенствование ведение в движении.	1	0	1	Практическая работа;
28.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Встречная эстафета с ведением мяча. Игра «Охотники и утки»	1	0	1	Практическая работа;
29.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Круговая тренировка. Развитие силовых качеств.	1	0	1	Практическая работа;
30.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Подвижная игра «Мяч капитану» развитие ловкости и совершенствование передачи.	1	0	1	Практическая работа;
31.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Броски мяча в кольцо. Работа в парах. Соревнование.	1	0	1	Практическая работа;
32.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Броски мяча в кольцо с ведением после остановки шагом. Совершенствование.	1	0	1	Практическая работа;
33.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Круговая тренировка. Развитие выносливости. Прыжковые упражнения.	1	0	1	Практическая работа;
34.	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Прыжки на скакалке. Развитие прыгучести.	1	0	1	Практическая работа;
Итого		34	0	29	