

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов
№62 им. А. Я. Опарина» города Кирова

Приложение к основной
общеобразовательной программе
(ООП ООО)

Программа курса внеурочной деятельности **«Быстрее, Выше, Сильнее»**

(Занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов)

Срок освоения программы: 6-7-8 класс (3 года)

Киров 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Быстрее. Выше. Сильнее» разработана на основе Требований к результатам освоения программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 г. N 287 (далее – ФГОС ООО), Федеральной образовательной программы основного общего образования, а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной программе воспитания.

Взаимосвязь с федеральной рабочей программой воспитания и программой воспитания школы

Внеурочная деятельность в МБОУ СОШ с УИОП №62 им. А.Я. Опарина г. Кирова осуществляется для более эффективного достижения цели воспитания: создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования системы ценностей, создание условий для развития и социализации каждого учащегося в свободное от учебы время. Внеурочная деятельность направлена на достижение воспитательных результатов:

- приобретение учащимися социального опыта;
- формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;
- приобретение школьниками опыта самостоятельного общественного действия.

Целевым приоритетом воспитательной работы МБОУ СОШ с УИОП №62 им. А.Я. Опарина г. Кирова является развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства; формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде. В рамках данного курса внеурочной деятельности его достижение реализуется через:

- вовлечение обучающихся в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;
- формирование детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять обучающихся и педагога общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу.

Воспитывающий потенциал курса внеурочной деятельности реализуется через подбор воспитывающего содержания материала, в основе которого лежат базовые национальные ценности: патриотизм, социальная солидарность, гражданственность, семья, труд и творчество, наука, традиционные российские религии, искусство. Курс направлен на развитие навыков планирования своей деятельности, самостоятельного оценивания эффективности и результативности работы, использования собственных умений для решения практических задач и достижения желаемого результата.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

1. Личностные универсальные учебные действия:

- готовность к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению;
- осознание ценности самостоятельности и инициативы;
- проявление интереса к способам познания;
- установка на активное участие в решении практических задач, осознание важности образования на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений;
- готовность к разнообразной совместной деятельности, активное участие в коллективных учебно-исследовательских, проектных и других творческих работах.
- готовность к действиям в условиях неопределенности, повышению уровня своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, приобретать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других;
- осознание необходимости в формировании новых знаний, в том числе формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее неизвестных, осознавать дефицит собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие.
- умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики;
- ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды.

2. Метапредметные универсальные учебные

1.1. Познавательные:

- владеть базовыми логическими операциями: сопоставления и сравнения; группировки, систематизации и классификации; анализа, синтеза, обобщения; выделения главного;
- владеть приемами описания и рассуждения, в т.ч. с помощью схем и знаково-символических средств;
- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
- устанавливать существенный признак классификации,
- устанавливать основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
- предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий; б выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
- делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);
- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
- формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;
- 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;

- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
- оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

1.2. Регулятивные:

- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;
- 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;
- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- признавать свое право на ошибку и такое же право другого.

1.3. Коммуникативные:

- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков;
- публично представлять результаты решения задачи, выполненного опыта;
- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды.

Формы проведения занятий

1. Игра
2. Соревнование
3. Турнир
4. Коллективная работа

Содержание курса

В соответствии с «Программой воспитания» МБОУ СОШ с УИОП №62 им. А.Я. Опарина г. Кирова **целевыми ориентирами результатов воспитания данного курса на уровне ОО** являются

✓ Гражданское воспитание:

знающий и принимающий свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе;

понимающий сопричастность к прошлому, настоящему и будущему народа России, тысячелетней истории российской государственности на основе исторического просвещения, российского национального исторического сознания;

проявляющий уважение к государственным символам России, праздникам;

проявляющий готовность к выполнению обязанностей гражданина России, реализации своих гражданских прав и свобод при уважении прав и свобод, законных интересов других людей;

выражающий неприятие любой дискриминации граждан, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции в обществе;

принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в том числе самоуправления, ориентированный на участие в социально значимой деятельности.

✓ Патриотическое воспитание:

сознающий свою национальную, этническую принадлежность, любящий свой народ, его традиции, культуру;

проявляющий уважение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в родной стране;

проявляющий интерес к познанию родного языка, истории и культуры своего края, своего народа, других народов России;

знающий и уважающий достижения нашей Родины — России в науке, искусстве, спорте, технологиях, боевые подвиги и трудовые достижения, героев и защитников Отечества в прошлом и современности;

принимающий участие в мероприятиях патриотической направленности.

✓ Духовно-нравственное воспитание:

знающий и уважающий духовно-нравственную культуру своего народа, ориентированный на духовные ценности и нравственные нормы народов России, российского общества в ситуациях нравственного выбора (с учётом национальной, религиозной принадлежности);

выражающий готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм с учётом осознания последствий поступков;

выражающий неприятие антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России духовно-нравственным нормам и ценностям;

сознающий соотношение свободы и ответственности личности в условиях индивидуального и общественного пространства, значение и ценность межнационального, межрелигиозного согласия людей, народов в России, умеющий общаться с людьми разных народов, вероисповеданий;

проявляющий уважение к старшим, к российским традиционным семейным ценностям, институту брака как союзу мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей;

проявляющий интерес к чтению, к родному языку, русскому языку и литературе как части духовной культуры своего народа, российского общества.

✓ Эстетическое воспитание:

выражающий понимание ценности отечественного и мирового искусства, народных традиций и народного творчества в искусстве;

проявляющий эмоционально-чувственную восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание их влияния на поведение людей;

сознающий роль художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения в современном обществе, значение нравственных норм, ценностей, традиций в искусстве;

ориентированный на самовыражение в разных видах искусства, в художественном творчестве.

✓ Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде;

выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность);

проявляющий неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья;

умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (свое и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием;

способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.

✓ Трудовое воспитание:

уважающий труд, результаты своего труда, труда других людей;

проявляющий интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения предметных знаний;

сознающий важность трудолюбия, обучения труду, накопления навыков трудовой деятельности на протяжении жизни для успешной профессиональной самореализации в российском обществе;

участвующий в решении практических трудовых дел, задач (в семье, общеобразовательной организации, своей местности) технологической и социальной направленности, способный инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

выражающий готовность к осознанному выбору и построению индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов, потребностей.

✓ Экологическое воспитание:

понимающий значение и глобальный характер экологических проблем, путей их решения, значение экологической культуры человека, общества;

сознающий свою ответственность как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;

выражающий активное неприятие действий, приносящих вред природе;

ориентированный на применение знаний естественных и социальных наук для решения задач в области охраны природы, планирования своих поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;

участвующий в практической деятельности экологической, природоохранной направленности.

✓ Ценности научного познания:

выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учётом индивидуальных интересов, способностей, достижений;

ориентированный в деятельности на научные знания о природе и обществе, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

развивающий навыки использования различных средств познания, накопления знаний о мире (языковая, читательская культура, деятельность в информационной, цифровой среде);

демонстрирующий навыки наблюдений, накопления фактов, осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, исследовательской деятельности

6 класс (34 часа) : футбол 8ч. , баскетбол 8ч, гандбол 8ч, волейбол 10 ч.

7 класс (34 часа): футбол 8ч, баскетбол 8ч, гандбол 8ч, волейбол 10 ч.

8 класс (34 часа): футбол 8ч, баскетбол 8ч, гандбол 8ч, волейбол 10 ч.

Тематический план

С учетом программы воспитания школы воспитание на занятиях данного курса внеурочной деятельности осуществляется преимущественно через вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения.

Тема, количество часов	Содержание	Виды деятельности	Форма
6 класс			
Футбол 8ч.	<p>Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.</p> <p>Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.</p> <p>Удары по воротам на точность попадания мячом в цель.</p> <p>Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.</p> <p>Позиционные нападения без изменения позиций игроков.</p> <p>Нападение 3:3, 2:1 с атакой и без атаки на ворота.</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-футбола.</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-футбола.</p>	<p>Познавательная</p> <p>Групповая</p> <p>Игровая</p> <p>Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра</p> <p>Соревнование</p> <p>Турнир</p> <p>Коллективная работа</p>
Баскетбол 8ч	<p>Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.</p> <p>Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника.</p> <p>Варианты ведения мяча без сопротивления защитника.</p> <p>Вырывание и выбивание мяча.</p> <p>Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника.</p> <p>Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.</p> <p>Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков.</p> <p>Нападение быстрым прорывом (1:0).</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.</p>	<p>Познавательная</p> <p>Групповая</p> <p>Игровая</p> <p>Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра</p> <p>Соревнование</p> <p>Турнир</p> <p>Коллективная работа</p>

Гандбол 8ч	<p>Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника. Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Бросок мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой. Вырывание и выбивание мяча. Блокирование броска. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Игра по упрощённым правилам мини-гандбола. Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.</p>	<p>Познавательная Групповая Игровая Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра Соревнование Турнир Коллективная работа</p>
Волейбол 10 ч.	<p>Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Передачи мяча над собой. Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Нижняя прямая подача мяча через сетку. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Комбинации: приём, передача, удар. Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0). Тактика свободного нападения. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола. Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.</p>	<p>Познавательная Групповая Игровая Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра Соревнование Турнир Коллективная работа</p>
7 класс			
Футбол 8ч	<p>Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. Закрепление техники ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Закрепление техники ударов по воротам на точность попадания мячом в цель. Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам. Позиционные нападения с изменением позиций игроков.</p>	<p>Познавательная Групповая Игровая Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра Соревнование Турнир Коллективная работа</p>

	<p>Закрепление техники нападения с атакой и без атаки на ворота.</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-футбола.</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-футбола.</p>		
Баскетбол 8ч	<p>Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.</p> <p>Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.</p> <p>Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча.</p> <p>Броски мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием.</p> <p>Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.</p> <p>Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций игроков.</p> <p>Нападение быстрым прорывом (2:1).</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.</p>	<p>Познавательная</p> <p>Групповая</p> <p>Игровая</p> <p>Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра</p> <p>Соревнование</p> <p>Турнир</p> <p>Коллективная работа</p>
Гандбол 8ч	<p>Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.</p> <p>Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.</p> <p>Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.</p> <p>Бросок мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.</p> <p>Перехват мяча. Игра вратаря.</p> <p>Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1).</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.</p>	<p>Познавательная</p> <p>Групповая</p> <p>Игровая</p> <p>Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра</p> <p>Соревнование</p> <p>Турнир</p> <p>Коллективная работа</p>
Волейбол 10 ч.	<p>Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.</p> <p>Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд.</p> <p>Передачи мяча над собой и через сетку.</p> <p>Нижняя прямая подача мяча через сетку.</p> <p>Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.</p>	<p>Познавательная</p> <p>Групповая</p> <p>Игровая</p> <p>Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра</p> <p>Соревнование</p> <p>Турнир</p> <p>Коллективная работа</p>

	<p>Закрепление комбинации: приём, передача, удар.</p> <p>Позиционное нападение с изменением позиций игроков.</p> <p>Закрепление тактики свободного нападения.</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.</p> <p>Игра по упрощённым правилам волейбола.</p>		
8 класс			
Футбол 8ч	<p>Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.</p> <p>Совершенствование техники ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.</p> <p>Совершенствование техники ударов по воротам на точность попадания мячом в цель.</p> <p>Совершенствование комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.</p> <p>Совершенствование позиционного нападения с изменением позиций игроков.</p> <p>Совершенствование техники нападения с атакой и без атаки на ворота.</p> <p>Игра вратаря. Перехват мяча.</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-футбола.</p>	<p>Познавательная</p> <p>Групповая</p> <p>Игровая</p> <p>Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра</p> <p>Соревнование</p> <p>Турнир</p> <p>Коллективная работа</p>
Баскетбол 8ч	<p>Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.</p> <p>Совершенствование ловли и передач мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.</p> <p>Совершенствование вариантов ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча.</p> <p>Совершенствование бросков мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием.</p> <p>Закрепление комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.</p> <p>Позиционное нападение и защита (2:2, 3:3, 4:4, 5:5). Нападение быстрым прорывом (3:2).</p>	<p>Познавательная</p> <p>Групповая</p> <p>Игровая</p> <p>Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра</p> <p>Соревнование</p> <p>Турнир</p> <p>Коллективная работа</p>

	<p>Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон».</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.</p>		
Гандбол 8ч	<p>Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.</p> <p>Совершенствование ловли и передач мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.</p> <p>Совершенствование вариантов ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.</p> <p>Совершенствование бросков мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.</p> <p>Семиметровый штрафной бросок.</p> <p>Перехват мяча. Игра вратаря.</p> <p>Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (3:2).</p> <p>Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон».</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.</p>	<p>Познавательная</p> <p>Групповая</p> <p>Игровая</p> <p>Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра</p> <p>Соревнование</p> <p>Турнир</p> <p>Коллективная работа</p>
Волейбол 10 ч.	<p>Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.</p> <p>Передача мяча над собой, во встречных колоннах.</p> <p>Отбивание мяча кулаком через сетку.</p> <p>Нижняя прямая подача мяча.</p> <p>Приём подачи.</p> <p>Закрепление прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнёром.</p> <p>Совершенствование комбинации: приём, передача, удар.</p> <p>Закрепление позиционного нападения с изменением позиций.</p> <p>Совершенствование тактики свободного нападения.</p> <p>Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.</p> <p>Игра по упрощённым правилам волейбола.</p>	<p>Познавательная</p> <p>Групповая</p> <p>Игровая</p> <p>Спортивно-оздоровительная</p>	<p>Игра</p> <p>Соревнование</p> <p>Турнир</p> <p>Коллективная работа</p>

№ п/п	Тема	Количество часов
-------	------	------------------

6 класс		
1	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
2	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.	
3	Удары по воротам на точность попадания мячом в цель.	1
4	Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1
5	Позиционные нападения без изменения позиций игроков.	1
6	Нападение 3:3, 2:1 с атакой и без атаки на ворота.	1
7	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1
8	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1
9	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
10	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника.	1
11	Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Вырывание и выбивание мяча.	1
12	Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника.	1
13	Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.	1
14	Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0).	1
15	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	1
16	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	1
17	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
18	Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
19	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.	1
20	Бросок мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.	1
21	Вырывание и выбивание мяча. Блокирование броска.	1
22	Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0).	1
23	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.	1
24	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.	1
25	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
26	Передачи мяча над собой.	1
27	Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд.	1
28	Нижняя прямая подача мяча через сетку.	1
29	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.	1

30	Комбинации: приём, передача, удар.	1
31	Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0).	1
32	Тактика свободного нападения.	1
33	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.	1
34	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.	1
7 класс		
1	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
2	Закрепление техники ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.	1
3	Закрепление техники ударов по воротам на точность попадания мячом в цель.	1
4	Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1
5	Позиционные нападения с изменением позиций игроков.	1
6	Закрепление техники нападения с атакой и без атаки на ворота.	1
7	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1
8	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1
9	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
10	Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
11	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча.	1
12	Броски мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием.	1
13	Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.	1
14	Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1).	1
15	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	1
16	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	1
17	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
18	Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
19	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.	1
20	Бросок мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.	1
21	Перехват мяча. Игра вратаря.	1
22	Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1).	1
23	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.	1
24	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.	1
25	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
26	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд.	1
27	Передачи мяча над собой и через сетку.	1
28	Нижняя прямая подача мяча через сетку.	1

29	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.	1
30	Закрепление комбинации: приём, передача, удар.	1
31	Позиционное нападение с изменением позиций игроков.	1
32	Закрепление тактики свободного нападения.	1
33	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.	1
34	Игра по упрощённым правилам волейбола.	1
8 класс		
1	Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
2	Совершенствование техники ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.	1
3	Совершенствование техники ударов по воротам на точность попадания мячом в цель.	1
4	Совершенствование комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1
5	Совершенствование позиционного нападения с изменением позиций игроков.	1
6	Совершенствование техники нападения с атакой и без атаки на ворота.	1
7	Игра вратаря. Перехват мяча.	1
8	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1
9	Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
10	Совершенствование ловли и передач мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
11	Совершенствование вариантов ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча.	1
12	Совершенствование бросков мяча после ведения и ловли с пассивным противодействием.	1
13	Закрепление комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.	1
14	Позиционное нападение и защита (2:2, 3:3, 4:4, 5:5). Нападение быстрым прорывом (3:2).	1
15	Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон».	1
16	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	1
17	Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1
18	Совершенствование ловли и передач мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1
19	Совершенствование вариантов ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.	1
20	Совершенствование бросков мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.	1
21	Семиметровый штрафной бросок. Перехват мяча. Игра вратаря.	1
22	Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (3:2).	1
23	Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон».	1
24	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.	1
25	Правила ТБ. Совершенствование техники стоек игрока,	1

	перемещений в стойке.	
26	Передача мяча над собой, во встречных колоннах.	1
27	Отбивание мяча кулаком через сетку.	1
28	Нижняя прямая подача мяча. Приём подачи.	1
29	Закрепление прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнёром.	1
30	Совершенствование комбинации: приём, передача, удар.	1
31	Закрепление позиционного нападения с изменением позиций.	1
32	Совершенствование тактики свободного нападения.	1
33	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.	1
34	Игра по упрощённым правилам волейбола.	1

Ресурсное обеспечение курса

1. Пособие для учителя/ на сайте издательства по адресу:
http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_1-11kl/index.html.
2. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры (электронная версия)
3. <http://www.booksite.ru/fulltext/pan/kee/viv/an>
4. nsportal.ru