

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение орден  
«Знак Почета» гимназия №5 им. Луначарского А.В.**

Принята на заседании  
Педагогического совета

Протокол № 1

«30» августа 2024 г.

Утвержден  
Директор МБОУ гимназии №5  
Кулишкина М.Г.  
Приказ № 2  
от «30» августа 2024 г.



**Физкультурно-спортивная направленность  
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа «Основы спортивных игр»**

Возраст обучающихся: 11-13 лет

Срок реализации: 9 месяцев

Составитель:

Багирова Янина Викторовна,  
учитель физической культуры,  
педагог дополнительного образования.

Владикавказ, 2024 г.

## Оглавление

1. ПАСПОРТ программы .....	3
2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
2. АКТУАЛЬНОСТЬ .....	4
3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....	6
4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ .....	7
5. ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ .....	8
6. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ .....	8
7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ .....	8
8. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН .....	8
9. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА .....	9
10. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2024 - 2025 УЧЕБНЫЙ ГОД .....	10
11. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА .....	11
12. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....	12

## 1. ПАСПОРТ программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «**Основы спортивных игр**»

**Составитель программы:** Багирова Янина Викторовна, педагог дополнительного образования.

**Организация-исполнитель:** Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение ордена «Знак Почета» гимназии №5 им.Луначарского А.В.

**Адрес:** РСО – Алания, г. Владикавказ, ул. Церетели, 7

**тел.** 8 (8672) 41–11-93

**Возраст обучающихся:** 11-13 лет

**Срок реализации программы:** 9 месяцев

**Социальный статус:** обучающиеся г. Владикавказ

**Цель программы:** Формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических качеств обучающихся, через овладение техникой, тактикой спортивных подвижных игр и их основными правилами. Расширение арсенала двигательных умений и навыков обучающихся на основе их интересов и склонностей, формирование потребности в здоровом образе жизни.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная

**Вид программы:** общеразвивающая

**Уровень освоения программы:** базовый

**Способ освоения содержания образования:** креативный

## 2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков в школе ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми, знал о способах релаксации и приведения своего организма в нормальный рабочий ритм. Наиболее интересными и физически разносторонними являются игры с мячом, где развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества: выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть, а также формируются личные качества ребенка: общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде. В условиях спортивного школьного зала посредством игры с мячом достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы.

### *Нормативное правовое обеспечение реализации дополнительного образования детей*

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Основы спортивных игр» составлена в соответствии

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей, от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09. 2014г. №1726-р;
- Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Минпросвещения России от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Письмом Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Приказом Минобрнауки России от 23.08.2017 N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Паспортом федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденном президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16).
- Письмом Министерства просвещения РФ от 1 ноября 2021 г. № АБ-1898/06 «О направлении методических рекомендаций. Методические рекомендации по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
- Распоряжением Правительства Нижегородской области от 30.10.2018 №1135-р «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».
- Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи">// Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- Уставом и нормативно-локальными актами ОО.
- Примерными требованиями к программам дополнительного образования;
- Устав МБОУ гимназии №5 им.Луначарского А.В.

## 2. АКТУАЛЬНОСТЬ.

В последнее время изменилась действительность, окружающая детей. На смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что ребенку все меньше времени остается для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской

деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей школьников. Анализ исследований, касающихся вопросов развития двигательных способностей и качеств детей, свидетельствует, что около 40% старших школьников имеют уровень развития двигательных способностей ниже среднего. Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения здоровья детей, снижения жизненного тонуса. Известно также, что в школе тенденция к ухудшению здоровья детей с возрастом усиливается, дети приобретают ряд физических недостатков и вредных привычек. В связи с этим актуален поиск путей физического и духовного оздоровления школьников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению на основе жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Наиболее ценными в этом отношении представляются игровые формы организации двигательной деятельности детей на свежем воздухе. Актуальность данной программы заключается также в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей. В современной социально-экономической ситуации эффективность системы дополнительного образования особенно актуальна, так как именно этот вид образования ориентирован на свободный выбор ребенком интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни, становлении познавательной мотивации и способностей.

#### **Новизна программы**

Состоит в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя повышенные требования в процессе обучения. А также уделяет внимание вопросам воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека. И, самое главное, позволяет обучающимся следить за состоянием своего здоровья с помощью здоровьесберегающих технологий (пульсометрия, мониторинг физической подготовленности и элементарные навыки самомассажа.)

**Отличительной особенностью** программы можно считать поверхностное знакомство со всеми спортивными играми. Это футбол, включая все его разновидности мини-футбол, футзал, туризм. Программа предполагает использование спортивных игр и упражнений в комплексе с другими физкультурно-оздоровительными мероприятиями, ориентирована на формирование самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная.

#### **2.1 Педагогическая целесообразность программы**

Заключается в том, что обучение требует постепенного перехода от простого к сложному. Программа позволяет планомерно работать с детьми разного возраста, объединяя их по физическим данным и подготовленности. Занятия позволяют решить проблему занятости детей в свободное время, пробуждение интереса к разным видам спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах. Она является одной из составляющих частей системы физического воспитания, основная цель которой – всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры ребенка. Под физической культурой подразумевается: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и

основные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность. Кроме того, педагогическая целесообразность заключается в овладении физической, технической и тактической подготовками спортивных игр занимающимися, для успешного участия в городских и муниципальных соревнованиях.

#### **Цели программы**

- создание условий для удовлетворения потребности ребенка двигательной активности через занятия баскетболом.
- формирование и систематизация профессиональных теоретических знаний и практических умений и навыков.

#### **Задачи программы**

##### **Образовательные:**

- ✓ формировать необходимые теоретические знания для игры в волейбол;
- ✓ обучить технике и тактике игры;
- ✓ обучить приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях

##### **Развивающие:**

- ✓ развить физические способности (силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, выносливость, гибкость);
- ✓ повысить техническую и тактическую подготовку в данном виде спорта;
- ✓ совершенствовать навыки и умения игры.

##### **Воспитательные:**

- ✓ воспитывать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность;
- ✓ формировать умения организации и судейства спортивной игры «волейбол»;
- ✓ формировать потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

**Программа «Спортивные игры»** рассчитана на обучающихся 11-13 лет. Соответствует современным представлениям педагогики и психологии: сложность выполнения задания соответствует индивидуальным особенностям каждого обучающегося. Обучение осуществляется в разновозрастных группах численностью 35 – 40 человек.

##### **Срок реализации программы**

9 месяцев (36 часа). Форма обучения: очная.

В группах принимают участие в соревнованиях по ОФП, «Веселые старты», в которых основной задачей является результат выступления.

В группу зачисляются учащиеся общеобразовательной школы, желающие заниматься спортом и имеющие разрешение врача.

##### **Режим занятий**

Занятия проходят 1 раз в неделю по 1 часу.

*Формы занятий:* учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания, товарищеские встречи, соревнования школьного и муниципального уровня.

### **3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Программа направлена на формирование элементарной грамотности в ведении спортивных игр и предполагает расширение представлений детей о возможностях изучаемых спортивных игр

К моменту завершения программы обучающиеся *будут знать*:

- основы знаний о здоровом образе жизни,
- правила игры,
- тактические приемы,
- биодинамические особенности и содержание физических упражнений, способствующих освоению данной игры,
- психофункциональные особенности собственного организма,
- правила личной гигиены,
- основы профилактики травматизма и оказание доврачебной помощи при занятиях спортивными играми;

*Будут уметь*:

- выполнять основные технические приемы,
- проводить судейство матча,
- проводить специальную разминку, самостоятельно организовать проведение спортивных игр,
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим,
- подбирать и планировать физические упражнения,
- соблюдать правила безопасности на занятиях по спортивным играм;

#### 4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.

Методы контроля и управления образовательным процессом

- опрос;
- сдача контрольных нормативов
- тестирование.

Контроль проводится в форме наблюдения в сроки, установленные для начального (стартового) контроля и промежуточной (итоговой) аттестации.

Контроль осуществляется по следующим критериям: организационные, информационные, коммуникативные, интеллектуальные умения и навыки.

Мониторинг личностной и поведенческой сферы учащихся проводится два раза в год в начале и конце учебного года. Для проведения мониторинга применяется диагностический инструментарий. В каждой возрастной группе предусматривается прием контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, технико-тактической подготовке и регулярные занятия по подготовке к выполнению соответствующих норм комплекса ГТО.

Итоговая аттестация проводится в конце освоения программы в мае или июне месяце, во время соревновательного периода. Выполнение программы обучения служит основным критерием оценки качества работы педагога дополнительного образования.

Работа с родителями. Формы взаимодействия:

- изучение семьи ребенка;
- индивидуальная работа с родителями;
- родительские собрания;
- приглашение родителей на соревнования;
- информирование родителей о ходе и результатах деятельности ребенка;
- консультации для родителей.

## 5. ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ

*Словесные:* объяснение, обсуждение.

*Практические:* тренировки, соревнования, игры.

## 6. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

*Кадровое обеспечение* – учителя физической культуры. Необходимые умения: владеть формами и методами обучения; использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе одаренных обучающихся и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья; организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую, культурно – досуговую, учебно – исследовательскую; регулировать поведение обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды; реализовать современные формы и методы воспитательной работы, как на занятиях так и во внеурочной деятельности, ставить воспитательные цели, способствующие развитию обучающихся, независимо от их способностей; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их.  
*Необходимые знания:* преподаваемый предмет; основные закономерности возрастного развития; основные методики преподавания, виды и приемы современных педагогических технологий; пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения.

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- Спортивный зал для занятий спортивными играми,
- Спортивный инвентарь (конструкции баскетбольные, мячи, сетки баскетбольные, Волейбольные стойки, маты, скакалки, гимнастические скамейки).
- Спортивная форма для занимающихся (костюмы спортивные тренировочные, кроссовки, футболки, майки, шорты).

## 8. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ пп	Перечень разделов, тем	Количество часов (всего)	Количество часов (теория)	Количество о часов (практика )
---------	------------------------	-----------------------------	---------------------------------	---

1	Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история	1	1	
2	Общая и специальная физическая подготовка	4		4
3	Морально-волевая и психологическая подготовка	2	1	1
4	Общая физическая подготовка	5		5
5	Специальная физическая подготовка	7		7
6	Техническая подготовка	4		4
7	Тактическая подготовка	4	2	2
8	Организационно-воспитательные мероприятия	2	1	1
9	Инструкторская и судейская практика	2		2
10	Участие в соревнованиях	5		5
<b>итого:</b>		<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>

## 9. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

### **Тема 1. Развитие баскетбола в России и за рубежом и его история.**

Развитие спортивного движения в России. Значение и место спортивных игр в системе физического воспитания.

### **Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка.**

Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена. Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.

### **Тема 3. Морально-волевая и психологическая подготовка.**

Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность.

### **Тема 4. Общая физическая подготовка.**

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Переход на ходьбу, на бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя. Упражнения для ног. Упражнения для шеи и туловища.

### **Тема 5. Специальная физическая подготовка.**

Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений. Бег с максимальной частотой шагов на

месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам. Бег за лидером. Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Многократные прыжки с ноги на ногу. Прыжки на одной ноге на месте и в движении. Прыжки в сторону. Бег и прыжки с отягощениями. Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами. Передвижение в упоре на руках по кругу. Передвижение на руках в упоре лежа. Упражнения для кистей рук с гантелями, булавами, теннисными мячами. Метание мячей различного веса и объема на точность, дальность, быстроту. Метание палок. Удары по летящему мячу. Бросок мяча в прыжке с разбега. Упражнения для развития игровой ловкости. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе, беге, после поворота, кувырков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену и последующей ловлей. Ведение мяча с ударами о скамейку, о пол. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения. Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные упражнения в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры. Круговая тренировка.

#### **Тема 6. Техническая подготовка.**

Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки баскетболистов. Классификация и терминология технических приемов.

#### **Тема 7. Тактическая подготовка**

Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры.

#### **Тема 8. Организационно-воспитательные мероприятия.**

Инструктаж и соблюдение техники безопасности по правилам поведения в спортивном зале, в раздевалках, на улице, в автобусах. Техника пожарной безопасности и действия в чрезвычайных ситуациях. Проведение соревнований и т.п. Посещение турниров и матчей с участием спортсменов групп спортивного совершенствования.

#### **Тема 9. Инструкторская и судейская практика.**

Организация и проведение комплекса общеразвивающих упражнений, а также беговых разминочных упражнений. Вспомогательная беседа с младшими тренерами по основным правилам спортивной игры. Судейская практика в двусторонних играх команд младшей группы.

#### **Тема 10. Участие в соревнованиях.**

Предусматривается участие обучающихся в соревнованиях общефизической направленности («Веселые старты», соревнования по кроссу, тематические спортивные праздники) и специализированные соревнования (первенство школы, первенства района по баскетболу).

## 10. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2024 - 2025 УЧЕБНЫЙ ГОД

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
04.09.2024	30.05.2025	36	36	12.40-13.20

## 11. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Лях В.И. Физическая культура. 10-11 классы: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень. – М.: Просвещение, 2014.
2. Лях В.И.. Физическая культура. 8-9 класс: учебник для учащихся общеобразовательных учреждений.- М.: Просвещение, 2014.
3. Физическая культура. 5-7 классы: учебник для учащихся общеобразовательных учреждений / под редакцией М.Я.Виленского.- М.: Просвещение, 2014.

### Интернет – ресурсы

Сеть творческих учителей [www.it-n.ru](http://www.it-n.ru)

<http://www.bibliotekar.ru> библиотека

<http://ru.savefrom.net/> для скачивания видео с интернета

[http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&tmpl=com](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com)

Сеть творческих учителей,

[http://www.openclass.ru/sub/Физическая культура](http://www.openclass.ru/sub/Физическая%20культура)

Сообщество взаимопомощи учителей, физическая культура. Общество учителей физической культуры.

<http://www.uchportal.ru>

Учительский портал.

<http://ballplay.narod.ru>

Персональный сайт

<http://www.kes-basket.ru/>

Школьная баскетбольная лига.

<https://www.gto.ru/>

ВФСК ГТО

Утверждаю: Директор МБОУ гимназии № 5

\_\_\_\_\_/М.Г.Кулишкина

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 г

## 12.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.				Т/б по спортивным играм Стойки и перемещения	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
2				Остановки баскетболиста. «Прыжком» «В два шага»	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
3				Остановки баскетболиста. «Прыжком» «В два шага»	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
4				Передачи мяча	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
5				Ловля мяча	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
6				Ведение мяча в низкой , средней и	1	Тренировочное	Спортзал	Наблюдение

				высокой стойке на месте		занятие		
7				Ведение мяча с изменением направления движения и скорости	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
8				Ведение мяча Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
9				Броски в кольцо Броски одной и двумя руками	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
10				Броски в кольцо с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
11				Игра в защите	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
12				Игра в нападении	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
13				Тестирование подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки»)	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
14				Игра. Участие в соревнованиях	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение

15				Передачи волейбольного мяча	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
16				Передачи мяча над собой, через сетку.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
17				Индивидуальные тактические действия в защите.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
18				Верхняя прямая подача	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
19				Верхняя прямая подача	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
20				Закрепление техники приема мяча с подачи	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
21				Закрепление техники приема мяча с подачи	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
22				Верхняя прямая подача (с расстояния 3-6 метров от сетки, через сетку).	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
23				Верхняя прямая подача (с расстояния 3-6 метров от сетки, через сетку).	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
24				Индивидуальные тактические	1	Тренировочное	Спортзал	Наблюдение

				действия в защите.		занятие		
25				Передачи мяча двумя руками на месте и после перемещения. Передачи двумя руками в парах, тройках. Передачи мяча над собой, через сетку.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
26				Прием мяча	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
27				Прием подачи.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
28				Закрепление техники приема мяча с подачи Прием мяча. Прием подачи.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
29				Передачи мяча над собой, через сетку.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
30				Подвижные игры: «Гонка мячей»	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
31				Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
32				Ведение мяча Ведение мяча внешней и	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение

				внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек.				
33				Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игры и игровые задания 2:1	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
34				Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд»	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
35				Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение
36				Подвижные игры.	1	Тренировочное занятие	Спортзал	Наблюдение

