

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Озерская средняя школа им. Д.Тарасова»

РАСМОТРЕНО

Методическим

советом

(Протокол № 5

от «21» июня 2021 г.

ПРИНЯТО

Педагогическим

Советом

(Протокол № 13

от 25 июня 2021)



УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора школы

Лобчук Т.Б.

28 августа 2021 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по внеурочной деятельности  
«Спорт и здоровье 1-4 классы»**

Учитель физкультуры :  
Кравцова Татьяна Александровна

2021 г

## Пояснительная записка

Преподавание внутрипредметного модуля «Спорт и здоровье» в 5 классах осуществляется в соответствии с основными нормативными документами и инструктивно-методическими материалами:

- Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" (п. 22 ст. 2; ч. 1, 5 ст. 12; ч. 7 ст. 28; ст. 30; п. 5 ч. 3 ст. 47; п. 1 ч. 1 ст. 48);
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 (п. 18.2.2);
- Учебным планом Озерской средней школы на 2015-2016 учебный год.

Модуль составлен на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич (М.: Просвещение, 2012. - 9-е изд. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации). Рабочая программа по физической культуре для 5-х классов разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования второго поколения, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов основного общего образования и является адаптированной к программе физического воспитания.

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В соответствии с этим программа своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических задач:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

- выработка представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработка организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

#### **Общая характеристика учебного предмета.**

В программе для 5 классов двигательная деятельность, представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивная деятельность. Первая содержательная линия «Физкультурно-оздоровительная деятельность» характеризуется направленностью на укрепление здоровья учащихся и создание представлений о бережном к нему отношении, формирование потребностей в регулярных занятиях физической культурой и использование их в разнообразных формах активного отдыха и досуга.

Вторая содержательная линия «Спортивная деятельность» соотносится с возрастными интересами учащихся в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности учащихся. Занятия физической культурой способствуют созданию максимально благоприятных условий для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка и его самоопределения.

#### **Место модуля в учебном плане.**

Третий час на преподавание учебного предмета "Физическая культура" был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. №889. В приказе было указано: "Третий час учебного предмета "Физическая культура" использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся; внедрение современных систем физического воспитания". Программа внутрипредметного модуля рассчитана на 35 часов – 1 час.

#### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета:УУД**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования (ФГОС) данная

рабочая программа для 5 класса направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Урочная деятельность, направленная на формирование универсальных учебных действий обеспечивает достижение результатов.

*Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:*

*В области познавательной культуры:* владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры; владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности.

*В области нравственной культуры:* способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, игровой и соревновательной деятельности; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении.

*В области трудовой культуры:* умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение проводить туристические пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

*В области эстетической культуры:* красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений; формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями; культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

*В области коммуникативной культуры:* анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

*В области физической культуры:* владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности; умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей, проявляющихся в активном применении знаний, умений обучающихся в познавательной и предметно-практической деятельности. Метапредметные результаты проявляются в следующих областях культуры:

**В области познавательной культуры:** понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств; понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека; понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек.

**В области нравственной культуры:** бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости, уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности; ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

**В области трудовой культуры:** добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность; активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

**В области эстетической культуры:** понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью; восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия; проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

**В области коммуникативной культуры:** владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения; владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений.

**В области физической культуры:** владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения; владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры; активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности; владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

**УУД. Универсальными компетенциями** учащихся на этапе основного общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:**

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

### Содержание .

Разделы программы	3 четверть – 30 часов	
	Количество часов	
Теоретические сведения		в процессе уроков.
Легкая атлетика		
Спортивные игры (волейбол, баскетбол)	30	30

Гимнастика		
Развитие физических способностей		в процессе уроков
Подвижные игры		в процессе уроков с учётом программного материала

Разделы программы	4 четверть – 5 часов	
	Количество часов	
Теоретические сведения		в процессе уроков
Легкая атлетика		
Спортивные игры (волейбол, баскетбол)	5	5
Гимнастика		
Развитие физических способностей		в процессе уроков
Подвижные игры		в процессе уроков с учётом программного материала

### Содержание тем учебного курса.

1. Волейбол. Стойка игрока.
2. Перемещение в стойке.
3. Передача двумя руками сверху на месте.
4. Эстафеты.
5. Подвижные игры с элементами волейбола.
6. Игра в мини-волейбол.
7. Прием мяча снизу двумя руками над собой.
8. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.
9. Нижняя прямая подача с 3–6 м.
10. Игра в волейбол по упрощенным правилам.
11. Техники выполнения нижней прямой подачи.
12. Правильные технические действия.
13. Баскетбол.
14. Стойка и передвижения игрока.
15. Ведение мяча на месте.
16. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах.
17. Бросок двумя руками от головы после ловли.
18. Игра в мини-баскетбол.
19. Развитие координационных качеств.
20. Решение задач игровой и соревновательной деятельности.
21. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.
22. Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате.
23. Ведение мяча с изменением скорости.
24. Позиционное нападение 5:0 без изменения позиций игроков.



25. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.
26. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок двумя руками.
27. Развитие координационных качеств.
28. Нападение быстрым прорывом.
29. Терминология баскетбола.
30. Бросок одной рукой от плеча с места.
31. Вырывание и выбивание мяча.
32. Взаимодействие двух игроков.
33. Вырывание и выбивание мяча.
34. Выбивание мяча.
35. Подведение итогов.

### Календарно-тематическое планирование

№урока	Тема занятия	Тип урока	УУД	Планируемые результаты (базовый уровень) ученик должен:	Вид и формы контроля	Учебно-методическое обеспечение	Дата	
							план	факт
<b>Спортивные игры</b>								
1	Волейбол. Стойка игрока.	Изучение нового материала	<p>Универсальными компетенциями учащихся на этапе основного общего образования по физической культуре являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;</li> </ul>	Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Мяч волейбольный, эстафетные палочки.		
2	Перемещение в стойке.	Совершенствование ЗУН	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;</li> </ul>	Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Мяч волейбольный, эстафетные палочки.		
3	Передача двумя руками сверху на месте.	Совершенствование ЗУН	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.</li> </ul>	Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники выполнения стойки и передвижений	Мяч волейбольный, эстафетные палочки.		
4	Эстафеты.	Комплексный		Научиться играть в волейбол по упрощенным		Мяч волейбольный, эстафетные		

			людьми.	правил, выполнять правильно технические действия		палочки.		
5	Подвижные игры с элементами волейбола	Комплексный	<p>Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</li> </ul>	Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники передачи мяча двумя руками сверху	Мяч волейбольный, эстафетные палочки.		
6	Игра в мини-волейбол	Комплексный	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;</li> </ul>	Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Мяч волейбольный, эстафетные палочки.		
7	Прием мяча снизу двумя руками над собой.	Комплексный	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</li> </ul>	Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Мяч волейбольный.		
8	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	Комплексный	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.</li> </ul>	Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Мяч волейбольный, эстафетные палочки.		
9	Нижняя прямая	Комплексный	<p>Метапредметными результатами освоения</p>	Научиться играть в волейбол по	Оценка техники	Мяч волейбольный.		

	подача с 3–6 м.		учащимися программы физической культуры являются следующие умения:	упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	приема мяча снизу двумя руками			
10	Игра в волейбол по упрощенным правилам.	Комплексный	- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;	Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Мяч волейбольный, эстафетные палочки.		
11	Техники выполнения нижней прямой подачи.	Комплексный	- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники выполнения нижней прямой подачи	Мяч волейбольный, эстафетные палочки.		
12	Правильные технические действия.	Комплексный	- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	Научиться играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Мяч волейбольный, эстафетные палочки.		
13	Баскетбол.	Изучение нового материала	- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		

14	Стойка и передвижения игрока.	Изучение нового материала	инвентаря и оборудования, организации места занятий;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
15	Ведение мяча на месте.	Комплексный	- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
16	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах.	Комплексный	- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
17	Бросок двумя руками от головы после ловли.	Комплексный	- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники стойки и передвижения игрока	Баскетбольный мяч.		
18	Игра в мини-баскетбол.	Комплексный	- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники стойки и передвижения игрока	Баскетбольный мяч.		

			игровой и	технические действия				
19	Развитие координационных качеств.	Комплексный	соревновательной деятельности. Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения: - планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
20	Решение задач игровой и соревновательной деятельности	Комплексный	- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; - представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; - измерять (познавать) индивидуальные	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
21	Игра в баскетбол по упрощенным правилам	Комплексный	средств физической культуры;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники ведения мяча на месте	Баскетбольный мяч.		
22	Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате.	Изучение нового материала	жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; - представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; - измерять (познавать) индивидуальные	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
23	Ведение мяча с изменением скорости.	Изучение нового материала	индивидуальные	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять				

			показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;	правильно технические действия				
24	Позиционное нападение 5:0 без изменения позиции игроков.	Комплексный	- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; - организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники ведения мяча с изменением направления	Баскетбольный мяч.		
25	Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Комплексный	осуществлять их объективное судейство; - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; - организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
26	Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок двумя руками	Комплексный		Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники броска снизу в движении	Баскетбольный мяч.		
27	Развитие координационных качеств	Комплексный		Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
28	Нападение быстрым	Изучение нового материала		Научиться играть в баскетбол по		Баскетбольный мяч.		

	прорывом.		- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;	упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия				
29	Терминология баскетбола	Совершенствование ЗУН	- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
30	Бросок одной рукой от плеча с места.	Совершенствование ЗУН	- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники броска одной рукой от плеча с места	Баскетбольный мяч.		
31	Вырывание и выбивание мяча.	Изучение нового материала	- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
32	Взаимодействие двух игроков.	Комплексный	- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		
33	Вырывание	Комплексный	- выполнять акробатические и гимнастические	Научиться играть в	Оценка	Баскетбольный		

	мяча.		комбинации на необходимом техническом уровне, характеризовать признаки технического исполнения;	баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	техники броска одной рукой от плеча в движении	мяч.		
34	Выбивание мяча.	Комплексный	- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	Оценка техники броска одной рукой от плеча в движении	Баскетбольный мяч.		
35	Подведение итогов.	Комплексный	- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях	Научиться играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия		Баскетбольный мяч.		

**Описание учебно-методического и материально-техническое обеспечение образовательного процесса по физической культуре**

1. Комплексная программа физического воспитания (1 – 11 классы) В.И.Лях 2010 г. Издательство «Учитель»
2. «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И.Лях, А.А.Зданевича (М.: Просвещение, 2011).
3. Физическая культура 5-6-7 классы Изд. «Просвещение» Московский учебник под ред. Виленского М.Я. и др. Москва, 2012г.
4. Физическая культура. Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И. Ляха. Просвещение, 2012
5. Комплексная программа физического воспитания 1-11 класс. В.И. Лях, А.А. Зданевич. Издательство «Просвещение», 2012 год
6. Нестеровский Д.И., Поляков В.А. Обучение основам техники нападения игры в баскетбол. Учебно-методическое пособие для студентов факультета физической культуры педагогических вузов, учителей школ и тренеров. – 2-е изд. Доп. и перераб. – Пенз., 2003. – 120 с.
7. Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002. – 112 с.: ил.
8. 500 игр и эстафет. – Изд. 2-е – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 304 с.: ил. – (Спорт в рисунках)
9. Спортивные игры на уроках физкультуры / Под общей редакцией О. Листова. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 276 с.
10. Бергер Г.И., Бергер Ю.Г. Конспекты уроков для учителя физкультуры: 5-9 кл. Урок физкультуры: Спортивные игры, лыжная подготовка, подвижные игры. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – 144 с.
11. Красников А.А. Проблемы общей теории спортивных соревнований. – М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 324 с. (Наука – спорту)
12. Физическая культура. Учебник для учащихся 10-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «физическая культура». - М.: СпортАкадемПресс, 2003. -
13. Физическая культура. Учебник для учащихся 11-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «физическая культура» М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 174с.: ил.
14. Петров В.К. Новые формы физической культуры и спорта. - М.: Советский спорт, 2004. - 40 с.: ил.
15. Настольная книга учителя физкультуры: Справ.-метод. пособие /Сост. Б.И. Мишин. - М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2003. - 526, (2) с. - (Настольная книга)

16. Настольная книга учителя физической культуры /Авт.-сост.

Г.И.Погадаев, Предисл. В.В.Кузина, Н.Д.Никадрова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и спорт, 2000 - 496 с., ил.

17. Примерная программа для ДЮСШ, СДЮШОР русская лапта (2004г., М.: «Спорт»)

Оборудование.		
№ п/п	Наименование	Количество
1	Стол учительский.Одногумбовый	1
2	Стол 2-хгумбовый	1
3	Стул деревянный	3
4	Стул крутящ. Дерев.	2
5	Шкаф 2-хстворчатый без стекла	3
6	Шкаф 4хдверный	1
7	Сейф	1
8	Полки для инвентаря	4
9	Корзина для мусора	1
10	Тренажер для пресса	1
11	Компьютер beіnea в комплекте	1
12	Муз. Центр самсунг	1
13	Колонки	2
14	Скамейка гимнастическая	8
15	Маты	20
16	Конь гимнастический	1
17	Козел гимнастический	1
18	Теннисный стол	4
19	Стенка гимнастическая	5
20	Скамейка для раздевалки	10
21	Мостик гимнастический	1
22	Часы шахматные	4
23	Секундомер	2
24	Вешалка	10

Оснащенность.		
№ п/п	Наименование	Количество
1	Табло демонстрационное	2
2	Мяч баскетбольный	29
3	Мяч футбольный	3
4	Мяч резиновый маленький	15
5	Мяч мягкий набивной	2
6	Скакалки	43
7	Обруч металлический	25
8	Обруч пластмассовый	19
9	Коврик гимнастический	36
10	Шашки	9

11	Шахматы	13
12	Шахматная доска	4
13	Шашечные доски картонные	7
14	Дартс	7
15	Ракетки теннисные маленькие	10
16	Фишки большие	8
17	Фишки маленькие	6
18	Мяч волейбольный	20
19	Палатка	1
20	Сетка волейбольная	1
21	Разделительная сетка	1
22	Футбольная сетка	1
23	Мяч теннисный малый	3
24	Граната для метания :	
	300г.	5
	500 г.	9
25	Граната деревянная	1
26	Сетка теннисная	1
27	Гантель металлическая	4
28	Гантель пластмассовая	4
29	Спортивный городок мягкий	1
30	Рулетка	1
31	Колесо для пресса	4
32	футболки	8
33	бадминтон	5
34	Баскетбольные сетки	10