



**Частное образовательное учреждение  
«Общеобразовательная школа «Ор Авнер» (свет Авнера)»**

Рассмотрено  
на заседании педагогического совета  
ЧОУ «Ор Авнер»  
Протокол № 1  
от «24» августа 2016 г.  
Председатель ПС ЧОУ «Ор Авнер»  
\_\_\_\_\_ /Н.Д.Дойч/

«Утверждаю»  
Директор ЧОУ «Ор Авнер»  
\_\_\_\_\_ /Н.Д.Дойч/  
24 августа 2016 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по внеурочной деятельности обучающихся  
«Игры народов мира»**

Направление: общекультурное  
Вид деятельности: игра  
Возрастной состав: 5-8 классы  
Срок реализации: 4 года  
Разработчик: Кондратьев Антон Антонович

## **Пояснительная записка.**

### **Направленность программы внеурочной деятельности «Игры народов мира».**

По направлению программа является физкультурно-оздоровительной; по функциональному предназначению – оздоровительной и общекультурной; по форме организации – внеурочная деятельность; по времени реализации – годичной подготовки.

Программа разработана с учётом практических рекомендаций по организации системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья подростков в образовательной среде (из информации по ФЦП «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015г.г. », ФГОС – II ).

### **Концептуальные положения.**

1. Игра – исторически сложившееся явление общественной жизни.
2. «Упражнение в радости» - возможность обретения личностью своего «Я».
3. Игры направлены на всестороннее физическое развитие учащихся и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни качеств, являются одним из наиболее действенных средств физического воспитания подрастающего поколения.
4. Ведущая роль практических занятий.

### **Актуальность.**

Совместное постановление Министерства образования, Госкомспорта и Минздрава России от 16 июля 2002 года о введении трёх обязательных уроков физической культуры в общеобразовательной школе – реальный шаг к решению проблемы повышения двигательной активности школьников, которые играют огромную роль в непрерывном образовании личности.

Основная образовательная программа основного общего образования реализуется организацией, осуществляющей образовательную деятельность, через урочную и внеурочную деятельность с соблюдением требований государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.

Внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (физкультурно-спортивное и оздоровительное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное) в таких формах, как кружки, спортивные клубы и секции, юношеские организации, олимпиады, поисковые и научные исследования, общественно полезные практики и т. д.

Формы организации образовательной деятельности, чередование урочной и внеурочной деятельности в рамках реализации основной образовательной программы основного общего образования определяет организация, осуществляющая образовательную деятельность.

Данное направление соответствует требованиям и задачам государственного образовательного стандарта по физической культуре в общеобразовательной школе, так как оно направлено на выполнение учебных нормативов школьной программы.

## **Педагогическая целесообразность.**

Игры как модель современной жизни. Ибо сутью и особенностью игр является мгновенная смена ситуаций, необходимость принимать решения в кратчайшие промежутки времени, ориентировка в сложной двигательной деятельности, выполнение игровых действий с мячом и без мяча.

### **Цель программы:**

- формирование установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей;
- способствовать решению проблемы повышения двигательной активности школьников и развитию физических качеств, повышению функциональных возможностей организма;
- подготовка школьных команд к участию в Спартакиаде школьников по видам спорта;
- личностное развитие обучающихся в рамках образовательной программы школы «Языки мира - мир языков».

### **Задачи программы:**

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма;
- приобретение необходимых теоретических и методических знаний в области подвижных и спортивных игр;
- овладение основными приёмами современной техники и тактики игры;

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества;
- привитие организаторских, судейских навыков.

**Отличительной особенностью программы** является то, что игры – важное средство в системе образования и воспитания подрастающего поколения, в формировании ЗОЖ, в организации отдыха и досуга, в восстановлении и развитии телесных и духовных сил. В этом проявляется ценность подвижных и спортивных игр для личности и общества и её образовательное, воспитательное, оздоровительное и общекультурное значение. Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации). То есть в основе программы лежит идея саморазвивающего обучения, которое включает в себя все сущностные качества технологий развивающего обучения и дополняет их особенностями:

- деятельность учащегося организуется не только как удовлетворение двигательной потребности, но и целого ряда других потребностей саморазвития личности;
- в самоутверждении (самовоспитание, самоопределение амплуа (защитник или нападающий), свобода выбора игровых действий);
- в самовыражении (творчество, поиск своих способностей и сил);
- в защищённости (саморегуляция, выполнение правил игры, коллективная деятельность, самоопределение);
- в самоактуализации (достижение личных спортивных результатов, адаптация в социуме).

**Программа адресована** обучающимся 5-8 классов.

**Программа внеурочной деятельности «Игры народов мира»** общим объёмом 136 часа изучается в течение учебного года.

**Режим занятий:** одно занятие в неделю, продолжительность - 40 минут практического занятия в спортивном зале или на спортивной площадке.

#### **Формы организации образовательной деятельности:**

Занятия включают в себя теоретическую и практическую части.

Занятие может проходить в виде:

1) вводных занятий – первые уроки, где часть времени посвящается рассказу об игре, о предстоящих занятиях, о требованиях к учащимся, проводится инструктаж по Т.Б.

2) занятий по изучению нового материала, на которых основное внимание уделяется обучению новым движениям.

3) занятий по совершенствованию изученного материала – большая часть времени отводится технике выполнения движений в различных условиях.

4) игровых, соревновательных занятий – применение изученных технических и тактических приемов в игре.

**В результате прохождения программного материала обучающиеся смогут:**

1) Иметь представление:

- о роли подвижных и спортивных игр во всестороннем физическом развитии личности;

- об играх разных стран.

2) Знать:

- об истории возникновения игр;

- о правилах игры, техники безопасности;

- о развитии физических качеств.

3) Уметь:

- выполнять упражнения на овладение техникой игры;

- сочетать изученные приемы и применять их в игре;

- осуществлять судейство в игре.

4) Владеть:

- основными технико-тактическими приемами и действиями в игре;

- основными теоретическими и методическими знаниями в области спортивных игр.

**Учебно – тематический план программы внеурочной деятельности  
«Игры народов мира»**

**5-8 классы:**

№	Разделы и темы	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Подвижная игра «народный мяч»	14	1	13
2.	Волейбол	10	В процессе занятий	10
3.	Баскетбол	10	В процессе занятий	10
	Всего:	34	1	33

**Содержание программы внеурочной деятельности  
«Игры народов мира».**

Раздел Тема №	Название раздела	Теория: Основные теоретически е понятия	Практика: Примерное содержание деятельности	Оборудование, оснащенность	Место проведени я
1.	Подвижная игра «Народный мяч».	<ul style="list-style-type: none"> <li>- История возникновения подвижной игры.</li> <li>- Её роль в подготовке к занятиям спортом.</li> <li>- Правила игры, участники, состав команд.</li> <li>- Инструктаж по ТБ на занятиях.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ОФП</li> <li>- СФП</li> <li>- Тактика игры в нападении:               <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Индивидуальные действия;</li> <li>б) Групповые действия;</li> <li>в) Взаимодействие 2-х, 3-х, 4-х игроков;</li> <li>г) Командные действия.</li> </ul> </li> <li>- Тактика игры в защите:               <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Индивидуальные действия;</li> <li>б) Групповые действия;</li> <li>в) Взаимодействие 2-х, 3-х, 4-х игроков;</li> <li>г) Командные действия.</li> </ul> </li> <li>- Товарищеские, учебные игры.</li> </ul>	Гимнастические скамейки, гимнастические скакалки, волейбольные мячи, свисток, набивные мячи.	Спортзал школы, спортивная площадка.
2.	Волейбол	<ul style="list-style-type: none"> <li>- История возникновения игры.</li> <li>- Правила игры в волейбол.</li> <li>- Организация</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ОФП</li> <li>- СФП</li> <li>- Обучение техники нападения:               <ul style="list-style-type: none"> <li>а) Стойки, перемещения;</li> <li>б) Передача мяча</li> </ul> </li> </ul>	Теннисные мячи, подвесной мяч, гимнастические скамейки, скакалки, волейбольные мячи,	Спортзал школы, спортивная площадка.

		и проведение соревнований . - Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом.	сверху двумя руками стоя лицом, спиной в направлении передачи; в) Подача мяча: нижняя прямая, верхняя прямая; г) Нападающий удар. Подводящие и подготовительные упражнения. - Техника защиты: а) Стойки, перемещения; б) Приём мяча снизу; в) Блокирование. Игровые упражнения с включением основных приёмов игры в нападении и защите. Учебная игра и сдача практического зачёта.	набивные мячи, свисток.	
3.	Баскетбол	- История возникновения игры. - Правила игры. - Организация и проведения соревнований . - Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом.	-ОФП - СФП - Перемещения, остановки, повороты. - Бег с изменением скорости, направления. - Ловля и передача мяча двумя руками от плеча в парах, в тройках, на месте и в	Баскетбольные мячи, гимнастические скамейки, скакалки, перекладина, свисток.	Спортзал школы, спортивная площадка.



			<p>движении.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с близкого расстояния после остановки и после ведения.</li> <li>- То же со средней дистанции.</li> <li>- Ведение мяча с изменением направления после ловли в движении и ведение мяча с ускорением.</li> <li>- Сочетание изученных приёмов и применение их в игре 1х2, 2х2, 2х3, 3х3.</li> <li>-</li> <li>Индивидуальные действия в нападении и защите, выбивание и вырывание мяча, держание игрока без мяча и с мячом.</li> <li>- Сочетание изученных приёмов и применение их в игре</li> <li>- Сдача зачёта</li> </ul>		
--	--	--	--	--	--

Освоение содержания предполагает два уровня учебных достижений: базовый и повышенный. Требования к этим уровням определяется в соответствии с образовательной программой курса.

В результате работы по программе обучающиеся **должны знать** (в расчёте на один учебный год):

- История возникновения игр;
- Правила игр;
- Технику безопасности на занятиях спортивными играми;
- Упражнения для развития физических качеств.

**Должны уметь** (в расчёте на один учебный год):

- Сочетать изученные технико - тактические приёмы и применять их в игре;
- Организовывать соревнования и осуществлять их судейство.

### **Методическое обеспечение.**

Данная программа построена в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта по физической культуре и ФГОС – II и зависит от региона, его особенностей – климатических, национальных, а также от возможностей материальной физкультурно-спортивной базы. Предлагаемое тематическое планирование рассчитано на условия типовых образовательных учреждений со стандартной базой для занятий физическим воспитанием и стандартным набором спортивного инвентаря.

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание программы, предполагают наличие спортивного зала, спортивных площадок с разметкой волейбольной и баскетбольной площадок. Для практических занятий по программе необходимы: баскетбольные, волейбольные мячи, свистки, доска, гимнастические скамейки, подвесные мячи, волейбольная сетка, перекладины, гимнастические скакалки, секундомер, протоколы и др.

## **Ожидаемые результаты программы внеурочной деятельности «Игры народов мира»:**

### 1). Для школьного коллектива:

- формирование актива по классам;
- формирование команд (классных, школьных);
- организация мониторинга физического развития по классам;
- создание судейской коллегии;
- участие школьных команд в городской Спартакиаде школьников по видам спорта.

### 2). Для занимающегося:

- овладение знаниями, умениями, навыками данной программы;
- умение вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств (мониторинг физического развития);
- укрепление здоровья, приобщение к ЗОЖ.;
- овладение технико-тактическими приемами спортивных игр;
- воспитание дисциплинированности, организованности, настойчивости, чувства коллективизма.

### **Итоговый контроль:**

Оценка знаний и умений обучающихся проводится с помощью итогового теста, который включает 22 вопроса после раздела программы «Баскетбол», выполнение практического задания по разделу «Волейбол», также в конце обучения каждого раздела программы включены соревновательные, товарищеские, матчевые встречи для овладения изученными приемами непосредственно в игре.

## **Рекомендуемая литература**

### **- используемая педагогом для разработки программы:**

1. Гордияш Е.Л., « Физическое воспитание в школе». Волгоград: «Учитель», 2008 год.
2. В.А.Красильникова, «Как составить учебную программу»(методические рекомендации) ГОУДПО(ПК)С, «Марийский институт образования», Йошкар-Ола, 2005год.
3. Е.И.Колусева, «Физическая культура: сборник материалов по реализации Федерального компонента государственного стандарта общего образования в общеобразовательных учреждениях Волгоградской области». Волгоград: «Учитель», 2006 год.
- 4.К.Р.Мамедов, «Физкультура: тематическое планирование по 2-х и 3-х часовой программе в 1-11 классах». Волгоград: «Учитель», 2007 год.
5. А.П.Матвеев, Т.В.Петрова. «Оценка качество подготовки выпускников основной школы по физической культуре». Москва: «Дрофа», 2000 год.
6. Сборник материалов по реализации федерального компонента государственного стандарта общего образования в общеобразовательных учреждениях Волгоградской области /авт.-сост. Е.И. Колусева.- Волгоград: Учитель, 2006.
7. Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования, Москва, 2011.

### **- рекомендуемая для детей и родителей:**

1. В.М. Лукашин, «Судьбы игр»: ФиС, 1993 год, №2 .
2. В.В. Малкин, «Игра «Народный мяч»: «Физкультура в школе». 2008 год, №8.
3. Гордияш Е.Л., « Физическое воспитание в школе». Волгоград: «Учитель», 2008 год.

**Приложение.**  
**История возникновения игр.**  
**Игра «Народный мяч».**

С 1998 года национальная игра «Народный мяч» проводится во всех школах г. Салехарда Ямало-Ненецкого автономного округа. Она включена в городскую спартакиаду школ.

Внешне игра «Народный мяч» похожа на игры «Вышибала» и «Охотники и утки», но у неё определены чёткие правила игры и размеры игрового поля. Выбитые игроки продолжают игру до конца, а не стоят в качестве зрителей, тем самым достигается максимальная плотность урока.

«Народный мяч» является игрой, подводящей к спортивным играм, особенно к баскетболу, волейболу и гандболу, и способствует разностороннему физическому воспитанию учащихся различных возрастных групп, так как в неё входят основные естественные движения человека: ходьба, бег, прыжки, метание. Проведение игры в соответствии с её содержанием позволяет развивать быстроту реакции, физические качества, а также аналитическое мышление, сообразительность, внимательность, чувство команды и товарищества, чувство команды как единого целого. Игра проходит на высоком эмоциональном уровне, учащиеся всегда активны. У них полностью раскрываются положительные и отрицательные черты характера, что даёт педагогу возможность для лучшего изучения способностей учеников и внесения последующей корректировки в образовательную деятельность.

Не все дети хорошо овладевают баскетболом, волейболом, поскольку в техническом и тактическом плане эти игры не усваивают. Такие учащиеся, как правило, либо отказываются играть, либо стоят на площадке столбами, что отрицательно сказывается на качестве и моторной плотности урока.

А в игру «Народный мяч» способны играть все учащиеся. Чем раньше дети начнут её осваивать, тем быстрее они приобретут все необходимые игровые качества и научатся преодолевать чувства застенчивости и даже страха (боязнь попасть под удар мяча, боязнь атаки соперника).

Овладев техническими действиями игры «Народный мяч», дети успешно обучаются баскетболу, волейболу и другим спортивным играм. Это связано с тем, что «Народный мяч» включает в себя тактические и технические действия спортивных игр, например, броски, передачи, остановки мяча. С точки зрения классификации данную игру тоже можно отнести к категории спортивных игр, так как в ней есть все соответствующие характерные признаки, требующие специальной подготовки и постоянного спортивного совершенствования учащихся. Направленность игры на общефизическую подготовку обусловлена свободными, разнообразными движениями занимающихся, простотой её содержания и правил.

К тому же здесь не требуется затрат на строительство каких-либо спортивных сооружений, площадок и на приобретение дополнительного спортивного инвентаря. Наличие спортивного зала (площадки) и волейбольного мяча – всё, что нужно для проведения игры.

Игра «Народный мяч» широко распространена среди народов Крайнего Севера и имеет многочисленные модификации.

## **Возникновение и развитие игры «Волейбол».**

До настоящего времени по большинству источников родиной волейбола считают Соединённые Штаты Америки, хотя имеются данные, говорящие о более раннем возникновении этой игры в Европе (в частности, в России игра называлась «Кулачный мяч») и на Азиатском континенте (Китай, Япония, Корея).

Автором данной игры в США был преподаватель физической культуры колледжа в городе Гелиок штата Массачусетс Вильем Морган. Он хотел создать простую игру, которую можно было бы проводить без особых приготовлений и расходов на оборудование. В 1895 году Морган разработал правила новой игры. И названа она была «волейбол», что в переводе с английского значит «летающий мяч». Впервые волейбол был продемонстрирован перед публикой в 1896 году в Спрингфилде. Постепенно игра становится всё более популярной в разных странах. Особенно быстро волейбол распространяется на Европейском континенте. Начинают проводиться первые официальные первенства стран. В 1928 в Москве проходит Всесоюзная спартакиада, в программу которой включён волейбол.

## **Возникновение игры «Баскетбол».**

Преподаватель физического воспитания спрингфилдской тренировочной школы (позже школа была преобразована в колледж) в штате Массачусетс (США) Джеймс Нейсмит в декабре 1891 года изобрёл игру, которую охарактеризовал так: «В баскетбол легко играть, но трудно играть хорошо». Новая игра оказалась настолько динамичной и увлекательной, что превзошла самые смелые ожидания Нейсмита. Очень скоро она завоевала всеобщее признание в Америке, а в современном мире в неё играют миллионы людей.

Джеймс Нейсмит, создавая новую игру, в какой-то мере использовал исторические сведения об играх с мячом, которые в далёкие времена культивировались на Американском континенте. Например, более двух с половиной тысяч лет назад племена инков и майя, жившие в те времена на территории современной Мексики, играли в так называемый пок-тапок. Цель игры заключалась в том, чтобы забросить мяч в каменное кольцо, укреплённое в вертикальном положении в стене.

В шестнадцатом столетии у ацтеков была известна игра, называвшаяся олламалитули: играющие стремились забросить каучуковый мяч в каменное кольцо.

В декабре 1891 года Нейсмит сформулировал первые правила новой игры и провёл первый матч по баскетболу. В 1892 году он опубликовал «Книгу правил игры в баскетбол», содержащую тринадцать пунктов, большинство из которых в той или иной форме действуют и по сей день.

### **Зачетные требования по баскетболу:**

#### **1. История баскетбола:**

- 1). Где и когда зародился баскетбол?
- 2). Кто являлся родоначальником баскетбола?
- 3). В каком году была основана Международная любительская федерация баскетбола (ФИБА)?

4). В каком году баскетбол был включен в программу XI Олимпиады в Берлине?

## **2. Техника баскетбола:**

1). Перемещение в баскетболе: ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты.

Методика обучения.

2). Методика обучения и передачи мяча в баскетболе.

3). Методика обучения технике ведения мяча в баскетболе.

4). Методика обучения технике бросков мяча в баскетболе.

5). Индивидуальные действия игроков на площадке в нападении.

6). Индивидуальные действия игроков на площадке в защите.

## **3. Правила баскетбола:**

1). Каков максимальный размер баскетбольной площадки?

2). Каков радиус центрального круга площадки?

3). Каким образом выбирается игровой мяч?

4). На каком расстоянии от внутреннего края лицевой находится линии штрафного броска.

5). Какова длина основания трапеции?

6). Какова длина линии штрафного броска?

7). Каковы размеры щита по горизонтали и по вертикали?

8). Каковы размеры прямоугольника на щите?

9). Каков диаметр баскетбольного кольца?

10). На каком расстоянии от пола находится кольцо?

11). Назовите максимальный вес мяча?

12). Какова окружность баскетбольного мяча?

13). С какого и по какой номер команды должен использовать номера?

14). Назовите количественный стартовый состав команды, начинающий игру.

15). Кто входит в судейский состав судейской бригады для проведения игры?

16). Когда оператор включает приспособление для проведения игры?

17). Какова продолжительность игры взрослых команд?

18). Сколько времени отводится на введение мяча в игру из-за пределов площадки?

19). Когда мяч считается в игре?

20). Что такое персональный фол?

21). Откуда вводится мяч в игру?

22). Правила «3 сек», «5 сек», «8 сек», «24 сек» в баскетболе.

## **Зачетные требования по волейболу:**

1. Выполнить изученные технические приемы:

верхней передачи мяча – 25 раз;

нижней передачи мяча – 15 раз;

верхняя прямая подача – 3 из 5 попыток;

нападающий удар – 3 из 5 попыток.

**Учебно-тематическое планирование курса «Игры народов мира»  
для 5 класса.**

№	Разделы и темы	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
	<b>Подвижная игра «Народный мяч».</b>	14 ч		
1.	История возникновения подвижной игры «Народный мяч».		1 час	
	Подвижная игра «Народный мяч» для учащихся 5 класса и её роль в подготовке к занятиям спортом.		В течение занятия	
	Правила игры, инвентарь, участники, составы команд.		7-12 минут на каждом занятии.	
	Общая физическая подготовка.		7-12 минут на каждом занятии.	
	Специальная физическая подготовка.		20-25 минут на каждом занятии.	
2.	Тактика игры в нападении: а). индивидуальные действия;			1 час
3.	б). групповые действия;			1 час
4, 5	в). взаимодействия двух, трёх и четырёх игроков;			2 часа
6, 7	г). командные действия в атаке.			2 часа



8.	Тактика игры в защите: а). индивидуальные действия;			1 час
9.	б). групповые действия;			1 час
10, 11	в). взаимодействия двух, трёх и четырёх игроков;			2 часа
12, 13	г). командные действия в защите.			2 часа
14.	Товарищеские и учебные игры.			1 час
	<b>Волейбол.</b>	10 ч		
	Правила игры в волейбол. История возникновения игры. Организация и проведение соревнований. Обучение технике игры.		5-7 минут в течение занятия.	
15.	Техника нападения: а). стойки, перемещения, сочетание способов перемещения, подготовительные упражнения, упражнения по технике;			1 час
16, 17	б). передача мяча сверху двумя руками, стоя лицом, спиной в направлении передачи. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
18, 19	в). подача мяча нижняя прямая, верхняя прямая. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
20.	г). нападающий удар. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			1 час
21.	Техника защиты: а). стойки, перемещения лицом, боком и спиной вперёд, шагом, скачком, остановки. Сочетание способов перемещения. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			1 час

22, 23	б). приём мяча снизу двумя руками после набрасывания, через сетку. Приём подачи, приём нападающего удара. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
24.	в). блокирование. Одиночное, групповое. Подготовительные и подводящие упражнения по технике. Игровые упражнения с включением основных приёмов игры в нападении и защите.			1 час
	<b>Баскетбол.</b> История возникновения игры. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в баскетбол.	10 ч	5-7 минут на каждом занятии.	
25, 26	Обучение технике игры: Перемещение, остановки (перебежки без мяча и перемещения в защитной стойке, приставными шагами вперёд, назад, вправо, влево, равномерному бегу – ускорению – остановке в два шага).			2 часа
27, 28	Передача мяча двумя руками от груди и ловля двумя руками на месте, ловля с шагом навстречу летящему мячу; передача одной рукой от плеча с поддержкой другой с места, с шага в направлении передачи; передача двумя руками от груди и одной рукой от плеча со сменой направления передач.			2 часа
29, 30	Повторение изученных приёмов. Ведение мяча на месте и с продвижением бегом.			2 часа
31, 32	Броски мяча в корзину двумя руками от груди с места, после отскока от щита с правой и левой стороны от щита.			2 часа

33, 34	Сочетание изученных приёмов игры. Игра по упрощённым правилам.			2 часа
-----------	--	--	--	--------

**Учебно-тематическое планирование курса «Игры народов мира»  
для 6 класса.**

№	Разделы и темы	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
	<b>Подвижная игра «Народный мяч».</b>	14 ч		
1.	История возникновения подвижной игры «Народный мяч».		1 час	
	Подвижная игра «Народный мяч» для учащихся 6 класса и её роль в подготовке к занятиям спортом.		В течение занятия	
	Правила игры, инвентарь, участники, составы команд.		7-12 минут на каждом занятии.	
	Общая физическая подготовка.		7-12 минут на каждом занятии.	
	Специальная физическая подготовка.		20-25 минут на каждом занятии.	
2.	Тактика игры в нападении: а). индивидуальные действия;			1 час
3.	б). групповые действия;			1 час
4, 5	в). взаимодействия двух, трёх и четырёх игроков;			2 часа
6, 7	г). командные действия в атаке.			2 часа

8.	Тактика игры в защите: а). индивидуальные действия;			1 час
9.	б). групповые действия;			1 час
10, 11	в). взаимодействия двух, трёх и четырёх игроков;			2 часа
12, 13	г). командные действия в защите.			2 часа
14.	Товарищеские и учебные игры.			1 час
	<b>Волейбол.</b>	10 ч		
	Правила игры в волейбол. История возникновения игры. Организация и проведение соревнований. Обучение технике игры.		5-7 минут в течение занятия.	
15.	Техника нападения: а). стойки, перемещения, сочетание способов перемещения, подготовительные упражнения, упражнения по технике;			1 час
16, 17	б). передача мяча сверху двумя руками, стоя лицом, спиной в направлении передачи. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
18, 19	в). подача мяча нижняя прямая, верхняя прямая. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
20.	г). нападающий удар. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			1 час
21.	Техника защиты: а). стойки, перемещения лицом, боком и спиной вперёд, шагом, скачком, остановки. Сочетание способов перемещения. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			1 час

22, 23	б). приём мяча снизу двумя руками после набрасывания, через сетку. Приём подачи, приём нападающего удара. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
24.	в). блокирование. Одиночное, групповое. Подготовительные и подводящие упражнения по технике. Игровые упражнения с включением основных приёмов игры в нападении и защите.			1 час
	<b>Баскетбол.</b> История возникновения игры. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в баскетбол.	10 ч	5-7 минут на каждом занятии.	
25, 26	Обучение технике игры: Перемещение – прыжки вверх толчком одной ногой, бег с изменением направления и остановкой по сигналу, повороты на месте с шагом вперёд и назад.			2 часа
27, 28	Ловля и передача мяча двумя руками от груди после остановки, в движении с последующей сменой направления движения вперёд, назад, в сторону.			2 часа
29, 30	Повторение изученных приёмов. Ведение мяча с изменением направления и остановке шагом и прыжком после быстрого ведения мяча.			2 часа
31, 32	Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с поддержкой другой с места, после отскока от щита с правой и левой стороны от корзины; то же в движении; штрафным броском.			2 часа
33, 34	Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.			2 часа

**Учебно-тематическое планирование курса «Игры народов мира»  
для 7 класса.**

№	Разделы и темы	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
	<b>Подвижная игра «Народный мяч».</b>	14 ч		
1.	История возникновения подвижной игры «Народный мяч».		1 час	
	Подвижная игра «Народный мяч» для учащихся 7 класса и её роль в подготовке к занятиям спортом.		В течение занятия	
	Правила игры, инвентарь, участники, составы команд.		7-12 минут на каждом занятии.	
	Общая физическая подготовка.		7-12 минут на каждом занятии.	
	Специальная физическая подготовка.		20-25 минут на каждом занятии.	
2.	Тактика игры в нападении: а). индивидуальные действия;			1 час
3.	б). групповые действия;			1 час
4, 5	в). взаимодействия двух, трёх и четырёх игроков;			2 часа
6, 7	г). командные действия в атаке.			2 часа

8.	Тактика игры в защите: а). индивидуальные действия;			1 час
9.	б). групповые действия;			1 час
10, 11	в). взаимодействия двух, трёх и четырёх игроков;			2 часа
12, 13	г). командные действия в защите.			2 часа
14.	Товарищеские и учебные игры.			1 час
	<b>Волейбол.</b>	10 ч		
	Правила игры в волейбол. История возникновения игры. Организация и проведение соревнований. Обучение технике игры.		5-7 минут в течение занятия.	
15.	Техника нападения: а). стойки, перемещения, сочетание способов перемещения, подготовительные упражнения, упражнения по технике;			1 час
16, 17	б). передача мяча сверху двумя руками, стоя лицом, спиной в направлении передачи. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
18, 19	в). подача мяча нижняя прямая, верхняя прямая. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
20.	г). нападающий удар. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			1 час
21.	Техника защиты: а). стойки, перемещения лицом, боком и спиной вперёд, шагом, скачком, остановки. Сочетание способов перемещения. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			1 час



22, 23	б). приём мяча снизу двумя руками после набрасывания, через сетку. Приём подачи, приём нападающего удара. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
24.	в). блокирование. Одиночное, групповое. Подготовительные и подводящие упражнения по технике. Игровые упражнения с включением основных приёмов игры в нападении и защите.			1 час
	<b>Баскетбол.</b> История возникновения игры. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в баскетбол.	10 ч	5-7 минут на каждом занятии.	
25, 26	Обучение технике игры: Перемещение – прыжки вверх толчком одной ногой, бег с изменением направления и остановкой по сигналу, повороты на месте с шагом вперёд и назад.			2 часа
27, 28	Ловля и передача мяча двумя руками от груди после остановки, в движении с последующей сменой направления движения вперёд, назад, в сторону.			2 часа
29, 30	Повторение изученных приёмов. Ведение мяча с изменением направления и остановке шагом и прыжком после быстрого ведения мяча.			2 часа
31, 32	Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с поддержкой другой с места, после отскока от щита с правой и левой стороны от корзины; то же в движении; штрафным броском.			2 часа
33, 34	Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.			2 часа

**Учебно-тематическое планирование курса «Игры народов мира»  
для 8 класса.**

№	Разделы и темы	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
	<b>Подвижная игра «Народный мяч».</b>	14 ч		
1.	История возникновения подвижной игры «Народный мяч».		1 час	
	Подвижная игра «Народный мяч» для учащихся 7 класса и её роль в подготовке к занятиям спортом.		В течение занятия	
	Правила игры, инвентарь, участники, составы команд.		7-12 минут на каждом занятии.	
	Общая физическая подготовка. Упражнения.		7-12 минут на каждом занятии.	
	Специальная физическая подготовка. Игровые элементы.		20-25 минут на каждом занятии.	
2.	Тактика игры в нападении: а). индивидуальные действия;			1 час
3.	б). групповые действия;			1 час
4, 5	в). взаимодействия двух, трёх и четырёх игроков;			2 часа
6, 7	г). командные действия в атаке.			2 часа

8.	Тактика игры в защите: а). индивидуальные действия;			1 час
9.	б). групповые действия;			1 час
10, 11	в). взаимодействия двух, трёх и четырёх игроков;			2 часа
12, 13	г). командные действия в защите.			2 часа
14.	Товарищеские и учебные игры. Отборочные игры.			1 час
	<b>Волейбол.</b>	10 ч		
	Правила игры в волейбол. История возникновения игры. Организация и проведение соревнований. Обучение технике игры.		5-7 минут в течение занятия.	
15.	Техника нападения: а). стойки, перемещения, сочетание способов перемещения, подготовительные упражнения, упражнения по технике;			1 час
16, 17	б). передача мяча сверху двумя руками, стоя лицом, спиной в направлении передачи. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
18, 19	в). подача мяча нижняя прямая, верхняя прямая. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
20.	г). нападающий удар. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			1 час
21.	Техника защиты: а). стойки, перемещения лицом, боком и спиной вперёд, шагом, скачком, остановки. Сочетание способов перемещения. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			1 час

22, 23	б). приём мяча снизу двумя руками после набрасывания, через сетку. Приём подачи, приём нападающего удара. Подготовительные и подводящие упражнения по технике;			2 часа
24.	в). блокирование. Одиночное, групповое. Подготовительные и подводящие упражнения по технике. Игровые упражнения с включением основных приёмов игры в нападении и защите.			1 час
	<b>Баскетбол.</b> История возникновения игры. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в баскетбол. Исторические факты.	10 ч	5-7 минут на каждом занятии.	
25, 26	Обучение технике игры: Перемещение – прыжки вверх толчком одной ногой, бег с изменением направления и остановкой по сигналу, повороты на месте с шагом вперёд и назад.			2 часа
27, 28	Ловля и передача мяча двумя руками от груди после остановки, в движении с последующей сменой направления движения вперёд, назад, в сторону.			2 часа
29, 30	Повторение изученных приёмов. Ведение мяча с изменением направления и остановке шагом и прыжком после быстрого ведения мяча.			2 часа
31, 32	Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с поддержкой другой с места, после отскока от щита с правой и левой стороны от корзины; то же в движении; штрафным броском.			2 часа
33, 34	Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.			2 часа