

Рассмотрено  
на заседании МО учителей  
спортивно- эстетического  
цикла  
Руководитель МО  
 /Галиева Л.В./  
Протокол №1  
от «25 »августа 2023 г.

Согласовано  
Заместитель директора по УР  
МБОУ «Гимназия с. Большой  
Сардек им. К.Ф.Шакирова»  
 /Мубаракова Р.Р./  
«28» августа 2023 г.

«Утверждаю»  
Директор МБОУ  
«Гимназия с. Большой Сардек  
им. К.Ф.Шакирова»  
 /Багавиев Р.З./  
Приказ №153/0  
«28» августа 2023 г.



**Рабочая программа**  
спецкурса по физической культуре  
«Спортивные игры» в 5а, 5б классах  
Закирова Ильнара Расимовича,  
учителя физической культуры  
высшей квалификационной категории  
МБОУ «Гимназия с. Большой Сардек им. К.Ф.Шакирова»

2023 – 2024 учебный год

---

## Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета

По окончании учебного года ученик **научится:**

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину)
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке

## Содержание учебного предмета

**Знания о физической культуре** (в процессе занятий):

**Физическая культура и спорт.** Возникновение и история физической культуры. Достижения российских спортсменов.

**Гигиена, предупреждение травм, Личная гигиена.** Двигательный режим школьников-подростков. Оздоровительное и закаляющее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений.

**Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь.** Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм.

### **Футбол 14 часов**

Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

### **Баскетбол. 20 часов**

Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра

### Тематическое планирование

Основные разделы	Количество часов
<p><b>Футбол</b></p> <p>Инструктаж по Т.Б. Стойки игрока</p> <p>Перемещение в стойке</p> <p>Остановки, ускорения Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.</p>	14
<p><b>Баскетбол</b></p> <p>Инструктаж по Т.Б. Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок Бросок с трехочковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра</p>	20
<b>Всего</b>	34часа

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Дата 5 а класс		Дата 5 б класс		Примечание
		планируемая	фактическая	планируемая	фактическая	
<b>Футбол</b>						
1.	Техника передвижения.	5.09	5.09	4.09	4.09	
		12.09	12.09	11.09	11.09	

2.	Удары по мячу головой, ногой					
3.	Остановка мяча. Ведение мяча.	19.09	19.09	18.09	18.09	
4.	Обманные движения.	26.09	26.09	25.09	25.09	
5.	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	3.10	3.10	2.10	2.10	
6.	Техника игры вратаря	10.10	10.10	9.10	9.10	
7.	Тактика игры в футбол. Тактика нападения.	17.10	17.10	16.10	16.10	
8.	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	24.10	24.10	23.10	23.10	
9.	Тактика защиты.	7.11	7.11	13.11	13.11	
10.	Учебная игра 5на5	14.11	14.11	20.11	20.11	
11.	Групповые действия.	21.11	21.11	27.11	27.11	
12.	Учебная игра 7на7	28.11	28.11	4.12	4.12	
13.	Учебная игра 7на7	5.12	5.12	11.12	11.12	
14.	Учебная игра 7на7	12.12	12.12			
<b>Баскетбол</b>						
15.	Основы техники и тактики. Техника передвижения.					
16.	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.					
17.	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.					
18.	Техника нападения.					
19.	Техника нападения.					
20.	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.					
21.	Ловля мяча одной рукой на уровне груди..					
22.	Броски мяча двумя руками с места.					
23.	Броски мяча двумя руками с места.					
24.	Штрафной бросок					
25.	Штрафной бросок					
26.	Бросок с трех очковой линии.					
27.	Ведение мяча с изменением высоты отскока..					
28.	Ведение мяча с изменением скорости.					
29.	Обманные движения.					
30.	Обводка соперника с изменением высоты отскока.					
31.	Взаимодействие игроков с заслонами.					
32.	Двухсторонняя игра					
33.	Двухсторонняя игра					
34.	Двухсторонняя игра					

