

Министерство образования Оренбургской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Нойкинская средняя общеобразовательная школа»
Бугурусланского района

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» августа 2024 г.
Протокол №1

Утверждаю
Директор школы _____
Трофимова О.Л.
«30» августа 2024 г., пр.№40

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Юный спортсмен»

Уровень освоения: базовый
Возраст обучающихся: 11-16 лет
Срок реализации: 1 год
Условия реализации: бюджет

Автор-составитель:
Трофимов Сергей Алексеевич,
педагог дополнительного образования

Бугурусланский район, 2024 г.

Содержание		
Раздел I.	Комплекс основных характеристик программы	3
1.	Пояснительная записка	3
1.1.	Направленность программы	4
1.2.	Уровень освоения программы	4
1.3	Актуальность программы	4
1.4.	Новизна программы	4
1.5.	Отличительные особенности программы	4
1.6.	Адресат программы	4
1.7.	Объем и сроки освоения программы	4
1.8.	Формы организации образовательного процесса	4
1.9.	Режим занятий	4
2.	Цель и задачи программы	5
3.	Содержание программы	5
3.1.	Учебный план	5
3.2.	Содержание программы	6
Раздел II.	Комплекс организационно-педагогических условий	7
1.	Календарный учебный график	7
2.	Планируемые результаты	11
3.	Список литературы	12

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы

1. Пояснительная записка

1.1 Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа имеет физкультурно-спортивную направленность и подготовлена в соответствии с требованиями основной Программы по физическому воспитанию и концепцией физического воспитания. Программа кружковой деятельности предназначена для физкультурно–спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Программа призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Курс введён в часть учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса в рамках спортивно-оздоровительного направления. Заниматься в кружке может каждый школьник, допущенный врачом к занятиям. Программа кружка составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, дополняя его с учетом интересов детей к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни.

Программа составляется на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Приказ Минпросвещения от 09.11.2018 № 196 (ред. от 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- приказ Минпросвещения России от 19 октября 2020 г. № 575 "Об утверждении Методики расчета показателя "Формирование эффективной системы выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи, основанной на принципах справедливости, всеобщности и направленной на самоопределение и профессиональную ориентацию всех обучающихся";
- государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» 2018-2025 гг.;
- Постановление Правительства Оренбургской области от 04.07.2019 года №485-пп «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Оренбургской области»;
- Постановление Правительства Оренбургской области от 14.01.2021 года «5-п «О запуске в промышленную эксплуатацию автоматизированной системы «Государственные (муниципальные) услуги в сфере образования Оренбургской области»;
- Региональный проект «Успех каждого ребенка» Национального проекта «Образования» (+ соглашения с главами муниципальных образований о выполнении показателей проекта);
- Приказ министерства образования Оренбургской области от 23.07.2020 года № 01-21/979 «О создании Регионального модельного центра дополнительного образования детей в Оренбургской области»;

- Приказ министерства образования Оренбургской области от 25.03.2021 года № 01-21/488 «О наполнении Навигатора дополнительного образования детей»;
- Постановление главного санитарного врача от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей",
- Устав МБОУ «Нойкинская СОШ»;
- Положение о дополнительном образовании обучающихся МБОУ «Нойкинская СОШ».

1.2. Уровень освоения программы

- Стартовый уровень (предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения материала).

1.3. Актуальность программы 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.

1.4. Новизна программы

Работа секции предусматривает: содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья учащихся; привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Для учащихся, посещающих секцию первый год, ставятся частные задачи: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости; обучение технике стоек и перемещений, привитие стойкого интереса к занятиям физической культурой, выполнение нормативных требований по видам подготовки, закаливание организма.

1.5. Отличительные особенности программы в том, что принадлежность к кружковой деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по кружковой деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 45 минут. Реализация данной программы в рамках кружковой деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

1.6. Адресат программы: учащиеся 12-17 лет.

1.7. Объем и сроки освоения программы

Дополнительная образовательная программа рассчитана на один год обучения, количество учебных часов 144 (4 часа в неделю).

1.8. Формы организации образовательного процесса

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Занятия проходят в форме подачи теоретического и практического материала два раза в неделю по два часа.

Также на занятиях в комплексе используются различные формы и методы обучения и воспитания: беседа; ролевая игра; практические занятия; упражнения; праздники; игры; выставки; конкурсы; соревнования.

1.9. Режим занятий

Занятия учебной группы проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа) по вторникам и пятницам, включая каникулы.

2. Цель и задачи программы

Цель программы: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи программы:

- *воспитательные* – формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды; формирование потребности в самопознании и самореализации; формирование способов социального взаимодействия, популяризация физической культуры и спорта среди молодёжи, приобщение её к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- *развивающие* – развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости); развитие мотивации к определённому виду деятельности, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности; развитие коммуникативных способностей, умения работать в коллективе;
- *образовательные* – формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний о значении физической культуры и спорта, обучение технике и тактике спортивных игр; способствовать возникновению интереса к изучению учащимися истории Олимпийского движения; научить создавать и реализовывать творческие проекты; научить заниматься поисковой работой.

3. Содержание программы

3.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Физическая культура и спорт в России.	6	2	4	Зачет
2	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	30	2	28	Зачет
3	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль, оказание первой помощи	7	3	4	Зачет
4	Общая физическая подготовка.	8	2	6	Зачет
5	Легкая атлетика.	17	2	15	Зачет
6	Лыжный спорт.	21	2	19	Зачет
7	Настольный теннис.	17	2	15	Зачет
8	Баскетбол	18	2	16	Зачет
9	Волейбол	16	1	15	Зачет
10	Футбол	16	1	15	Игра
		144			

3.2. Содержание программы

Физическая культура и спорт в России. Понятие о физической культуре.

Возникновение и история физической культуры. Российские спортсмены – чемпионы Олимпийских игр.

Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Значение занятий физической культурой. Влияние физических упражнений на работоспособность, на увеличение мышечной массы, на подвижность суставов, на систему дыхания, нервную систему и обмен веществ и т. д.

Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль, оказание первой помощи.

Гигиенические правила занятий физическими упражнениями. Закаливание. Правила поведения на стадионе, спортивном зале. Гигиена одежды и обуви. Врачебный контроль и самоконтроль во время занятий физической культурой. Вред курения и употребления алкоголя. Правила оказания первой помощи при спортивных травмах.

Общая физическая подготовка.

Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП. Предупреждение травматизма. Подбор заданий для самостоятельных занятий. Гигиена и закаливание. Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости. Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств. Упражнения и игры на развитие ловкости и силы. Командные игры.

Легкая атлетика.

Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой. Строевые упражнения на месте и в движении. Переход на бег и с бега на шаг. Ходьба в переменном темпе с различными движениями рук. Бег с изменениями направления. ОРУ на месте, в движении, в положении стоя, лежа, сидя, без предметов и с предметами. Упражнения на развитие двигательных качеств. Подвижные игры: «Класс, смирно», «Вызов номеров», «Мяч – соседу», «Третий лишний», «День и ночь», «Пионербол», «Охотники и утки», «Перетягивание каната», эстафета с ведением и броском мяча в корзину, эстафета с преодолением препятствий и т. д. Контрольные упражнения: бег на короткие дистанции до 100м. Эстафетный бег. Кросс 1000м. Прыжок в длину с разбега. Прыжки в высоту с разбега. Метание мяча или гранаты в цель и на дальность. Спортивные соревнования.

Футбол.

Техника безопасности во время занятий футболом. Общая специальная физическая подготовка. Техника игры в футбол. Техника передвижения. Тактика игры в футбол. Тактика нападения: игра «в стенку», игра «треугольником». Тактика защиты: выбор места, способа противодействия нападающему, страховка. Контрольные упражнения. Соревнования по футболу.

Настольный теннис.

Техника безопасности. Оборудование, инвентарь. Правила игры. Основы техники и тактики игры: Правильная хватка ракетки и способы игры. Исходная при подаче стойки

теннисиста. Чередование различных подач. Техника перемещений близко у стола и в средней зоне. Перемещение игрока при сочетании ударов справа и слева. Тактика игры с разными противниками. Основные тактические варианты игры. Совершенствование подач различной длины. Организация атаки через сложную подачу, атака со сложных подач противника. Общая специальная и физическая подготовка. Совершенствование навыков и умений. Упражнения на развитие быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости. Спортивные соревнования.

Лыжный спорт.

Техника безопасности. История развития лыжного спорта. Общая физическая подготовка: Строевые упражнения. Упражнения на развитие быстроты, выносливости, равновесия, координации движений. Основы техники и тактики лыжника-гонщика: Совершенствование строевых упражнений и поворотов на месте. Совершенствование техники лыжных ходов. Изучение перехода от одновременных ходов к попеременным. Совершенствование техники способов подъемов. Совершенствование техники спусков. Совершенствование торможений. Совершенствование поворотов. Прохождение дистанций со слабой и средней интенсивностью. Прохождение дистанций с сильной интенсивностью. Контрольные упражнения: Ходьба на лыжах 2км., лыжные гонки 1км., 2км. Соревнования.

Баскетбол

Техника безопасности. Правила игры в баскетбол. Общая и специальная физическая подготовка: Строевые и гимнастические упражнения. Упражнения с предметами, со скакалками, мячами. Бег, прыжки, подвижные игры. Основы техники и тактики игры: Техника нападения. Техника владения мячом. Техника защиты. Тактика нападения и защиты: быстрый прорыв, позиционное нападение, личная и зонная система защиты. Контрольные игры. Соревнования.

Волейбол

Техника безопасности. Правила игры в волейбол. Общая и специальная физическая подготовка: Строевые и гимнастические упражнения. Упражнения с предметами, со скакалками, мячами. Бег, прыжки, подвижные игры. Легкоатлетические упражнения. Основы техники и тактики игры: Техника нападения. Действия с мячом. Техника защиты. Действия без мяча. Тактическая подготовка. Тактика нападения. Контрольные игры. Соревнования.

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий

1. Календарный учебный график

№ п/п	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля	Дата
1.	Инструктаж по ТБ.	Спортзал		
2.	Понятие о физической культуре.	Спортзал		
3.	Развитие прыгучести: эстафеты с прыжками.	Спортзал		
4.	Строевая подготовка: перестроение на места.	Спортзал		
5.	Что такое правильная осанка.	Спортзал		
6.	Возникновение и история физической культуры.	Класс		

7.	Провести учёт по прыжкам в длину с места.	Площадка	Зачет	
8.	Бег по пересечённой местности с заданиями.	Площадка		
9.	Совершенствование навыков метания.	Спортзал		
10.	Провести бег на выносливость 4 минуты.	Спортзал		
11.	Российские спортсмены – чемпионы Олимпийских игр.	Класс		
12.	Развитие координатных способностей: челночный бег 3*10 метров.	Спортплощадка		
13.	Игры на местности.	Площадка		
14.	Обучение перемещению по местности поточным способом.	Спортплощадка		
15.	Функционирование "командой".	Спортзал		
16.	Эстафета по кругу, передача эстафеты.	Спортзал		
17.	Общая физическая подготовка.	Площадка		
18.	Провести учёт силовых качеств: подтягивание.	Спортзал	Зачет	
19.	Подвижные игры с бегом.	Спортзал		
20.	Учить метанию мяча в цель.	Спортзал		
21.	Совершенствование строевых приемов.	Площадка		
22.	Строевая подготовка.	Спортзал		
23.	Развитие скоростной выносливости.	Спортзал		
24.	Подвижные игры на местности.	Спортзал		
25.	Строевые приемы в движение: перестроение из колонны по одному в колонну по два.	Спортплощадка		
26.	Развитие скоростных качеств.	Площадка		
27.	Познакомить с простейшим комплексом силовой подготовки.	Спортплощадка		
28.	Бег по пересеченной местности с заданиями.	Площадка		
29.	Совершенствование быстрого построения в шеренгу и колонну по одному.	Спортзал		
30.	Подвижные игры, развивающие скоростную выносливость.	Спортплощадка		
31.	Развитие координационных способностей.	Спортзал		
32.	Эстафеты, развивающие ловкость, меткость, быстроту.	Спортзал		
33.	Значение занятий физической культурой.	Спортзал		
34.	Влияние физических упражнений на работоспособность.	Спортзал		
35.	Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы.	Спортзал		
36.	Влияние физических упражнений на подвижность суставов.	Спортзал		
37.	Влияние физических упражнений на систему дыхания.	Спортзал		
38.	Влияние физических упражнений на нервную систему и обмен веществ.	Спортзал		
39.	Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль, оказание первой помощи. Гигиенические правила занятий физическими упражнениями.	Класс		
40.	Гигиена одежды и обуви.	Спортзал		
41.	Закаливание.	Спортзал		
42.	Правила поведения на стадионе, спортивном зале.	Класс		
43.	Врачебный контроль и самоконтроль во время занятий физической культурой.	Спортзал		

44.	Вред курения и употребления алкоголя.	Спортзал		
45.	Правила оказания первой помощи при спортивных травмах.	Спортзал	Зачет	
46.	Общая физическая подготовка. Правила выполнения самостоятельных занятий ОФП.	Спортзал		
47.	Предупреждение травматизма.	Спортзал		
48.	Подбор заданий для самостоятельных занятий.	Спортзал		
49.	Гигиена и закаливание.	Спортзал		
50.	Упражнения и игры на развитие быстроты и выносливости.	Спортзал		
51.	Упражнения и игры на развитие скоростно-силовых качеств.	Спортзал		
52.	Упражнения и игры на развитие ловкости и силы.	Спортзал		
53.	Командные игры.	Спортзал	Зачет	
54.	Легкая атлетика. Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой.	Спортзал		
55.	Строевые упражнения на месте и в движении.	Спортзал		
56.	Переход на бег и с бега на шаг.	Спортзал		
57.	Ходьба в переменном темпе с различными движениями рук.	Спортзал		
58.	Бег с изменениями направления.	Спортзал		
59.	ОРУ на месте, в движении, в положении стоя.	Спортзал		
60.	ОРУ лежа, сидя, без предметов и с предметами.	Спортзал		
61.	Упражнения на развитие двигательных качеств.	Спортзал		
62.	Подвижные игры: «Класс, смирно», «Вызов номеров», «Мяч – соседу», «Третий лишний»	Спортзал		
63.	Подвижные игры: «Третий лишний», «День и ночь», «Пионербол», «Охотники и утки», «Перетягивание каната»	Спортзал		
64.	Эстафета с ведением и броском мяча в корзину	Спортзал		
65.	Эстафета с преодолением препятствий.	Спортзал		
66.	Контрольные упражнения: бег на короткие дистанции до 100м. Эстафетный бег. Кросс 1000м.	Спортзал	Зачет	
67.	Прыжок в длину с разбега.	Спортзал		
68.	Прыжки в высоту с разбега.	Спортзал		
69.	Метание мяча или гранаты в цель и на дальность.	Спортзал		
70.	Спортивные соревнования.	Спортзал	Зачет	
71.	Лыжный спорт. Техника безопасности.	Спортзал		
72.	История развития лыжного спорта.	Класс		
73.	Общая физическая подготовка: строевые упражнения.	Спортзал		
74.	Упражнения на развитие быстроты, выносливости, равновесия, координации движений.	Площадка		
75.	Упражнения на развитие быстроты, выносливости, равновесия, координации движений.	Площадка		
76.	Основы техники и тактики лыжника-гонщика.	Площадка		
77.	Совершенствование строевых упражнений и поворотов на месте.	Площадка		
78.	Совершенствование строевых упражнений и поворотов на месте.	Площадка		
79.	Совершенствование техники лыжных ходов.	Площадка		

80.	Совершенствование техники лыжных ходов.	Площадка		
81.	Изучение перехода от одновременных ходов к поперебным.	Площадка		
82.	Совершенствование техники способов подъемов.	Площадка		
83.	Совершенствование техники спусков.	Площадка		
84.	Совершенствование торможений.	Площадка		
85.	Совершенствование поворотов.	Площадка		
86.	Прохождение дистанций со слабой интенсивностью.	Площадка		
87.	Прохождение дистанций со средней интенсивностью.	Площадка		
88.	Прохождение дистанций с сильной интенсивностью.	Площадка		
89.	Контрольные упражнения: ходьба на лыжах 2 км, лыжные гонки 1 км, 2 км.	Площадка	Зачет	
90.	Соревнования.	Площадка		
91.	Настольный теннис. Техника безопасности.	Спортзал		
92.	Оборудование, инвентарь.	Спортзал		
93.	Правила игры.	Спортзал		
94.	Основы техники и тактики игры: правильная хватка ракетки и способы игры.	Спортзал		
95.	Исходная при подаче стойки теннисиста.	Спортзал		
96.	Чередование различных подач.	Спортзал		
97.	Техника перемещений близко у стола и в средней зоне.	Спортзал		
98.	Перемещение игрока при сочетании ударов справа и слева.	Спортзал		
99.	Тактика игры с разными противниками.	Спортзал		
100.	Основные тактические варианты игры.	Спортзал		
101.	Совершенствование подач различной длины.	Спортзал		
102.	Организация атаки через сложную подачу, атака со сложных подач противника.	Спортзал		
103.	Общая специальная и физическая подготовка.	Спортзал		
104.	Совершенствование навыков и умений.	Спортзал		
105.	Упражнения на развитие быстроты, ловкости.	Спортзал		
106.	Упражнения на развитие координации движений, выносливости, гибкости.	Спортзал		
107.	Спортивные соревнования.	Спортзал	Зачет	
108.	Баскетбол. Техника безопасности.	Спортзал		
109.	Правила игры в баскетбол.	Спортзал		
110.	Общая и специальная физическая подготовка: Строевые и гимнастические упражнения.	Спортзал		
111.	Упражнения с предметами, со скакалками, мячами.	Спортзал		
112.	Бег, прыжки, подвижные игры.	Спортзал		
113.	Основы техники и тактики игры: техника нападения.	Спортзал		
114.	Техника владения мячом.	Спортзал		
115.	Техника защиты.	Спортзал		
116.	Тактика нападения и защиты.	Спортзал		
117.	Быстрый прорыв, позиционное нападение.	Спортзал		
118.	Личная и зонная система защиты.	Спортзал		
119.	Контрольные игры.	Спортзал	Зачет	
120.	Соревнования.	Спортзал		
121.	Волейбол. Техника безопасности. Правила игры в волейбол.	Спортзал		

122	Общая и специальная физическая подготовка: Строевые и гимнастические упражнения.	Спортзал		
123	Упражнения с предметами, со скакалками, мячами. Бег, прыжки, подвижные игры. Легкоатлетические упражнения.	Спортзал		
124	Основы техники и тактики игры: Техника нападения.	Площадка		
125	Действия с мячом. Техника защиты. Действия без мяча.	Спортзал		
126	Тактическая подготовка. Тактика нападения.	Площадка		
127	Контрольные игры. Соревнования.	Спортзал		
128	Футбол. Техника безопасности во время занятий футболом.	Спортзал		
129	Общая специальная физическая подготовка.	Площадка		
130	Общая специальная физическая подготовка.	Площадка		
131	Техника игры в футбол.	Спортзал		
132	Техника игры в футбол.	Спортзал		
133	Техника передвижения.	Площадка		
134	Техника передвижения.	Площадка		
135	Тактика нападения: игра «в стенку», игра «треугольником».	Спортзал		
136	Тактика нападения: игра «в стенку», игра «треугольником».	Спортзал		
137	Тактика защиты: выбор места, способа противодействия нападающему, страховка.	Спортзал		
138	Тактика защиты: выбор места, способа противодействия нападающему, страховка.	Спортзал		
139	Контрольные упражнения.	Площадка	Зачет	
140	Контрольные упражнения.	Площадка	Зачет	
141	Соревнования по футболу.	Спортзал		
142	Соревнования по футболу.	Спортзал		
143	Подведение итогов	Площадка		
144	Подведение итогов	Площадка		

2. Планируемые результаты:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
- повышение уровня физической подготовки учащихся.
- повышение интереса к физической культуре и спорту.
- приобретение спортивных навыков, навыков игры в спортивные игры.
- развитие чувства товарищества, коллективизма и взаимовыручки.

3. Список литературы

1. Гринлер К. и др. «Физическая подготовка футболистов», М: ПК, 1976.
2. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение» 1992г.
3. Журавлина М.Л. Гимнастика. М. П.: 2009г.

4. Колос В.М. «Баскетбол: теория и практика» Минск 1989г.
5. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2001 год.
6. Монаков Г.В. «Техническая подготовка футболистов, методика и планирование», М: ФиС, 2000.
7. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.-77с.: ил.- (Работаем по новым стандартам).
8. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст].- М.: Советский спорт. 2005.-112с.
9. Осинцев В.В. Лыжная подготовка в школе. М.П.2010г.
10. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.- (Стандарты второго поколения).
11. Справочник учителя физической культуры/авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.
12. Трофимов О.Н. Легкая атлетика в школе. М.П.:2011г.
13. <http://www.bibliofond.ru>