

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 83 ИМЕНИ ГЕРОЯ  
СОВЕТСКОГО СОЮЗА ЕВГЕНИИ ЖИГУЛЕНКО**

УТВЕРЖДЕНО

Решением педагогического совета

От 30.08.2024 года протокол №1

Председатель  Е.А. Муковская



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

По дополнительной физкультурно-спортивной направленности  
«ГАНДБОЛ»

Уровень образования основное общее

Количество часов – 144

Педагог дополнительного образования Орцев Александр Владимирович

Программа разработана в соответствии с федеральным государственным стандартом основного общего образования на основе Физическая культура. Рабочие программы. Примерной рабочей программы М.Я. Виленского и В.И. Лях. Предметной линии учебников В.И. Лях 5-9 классы. М.: «Просвещение», 2019г

## **1. Планируемые результаты.**

### **Личностные результаты**

Личностные результаты освоения рабочей программы с направленным развитием двигательных способностей на основе вида спорта «гандбол» достигаются во взаимодействии учебной и воспитательной работы. Они отражают готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций:

#### **1. Патриотического воспитания:**

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе; знание Гимна России, Кубани и традиций его исполнения, уважение символов республик Российской Федерации и других стран мира; ценностное отношение к достижениям своей Родины - России и сохранение спортивных традиций своего края; знание достижений отечественных спортсменов, их вклада в мировой спортивную культуру; осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, традициям и ценностям Российского народа на примере истории национальных видов спорта и народных игр; сознания чувства ответственности и долга перед Родиной на примере героических подвигов спортсменов – участников Великой Отечественной Войны и результатов упорного труда выдающихся спортсменов СССР и России.

#### **2. Гражданского воспитания:**

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней); активное участие в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях образовательной организации, района, родного края, страны как в качестве участника, так и в качестве судьи, волонтера.

#### **3. Духовно-нравственного воспитания:**

ориентация на моральные ценности и основные нормы, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России; придерживаться социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах; осознание ценности духовно-нравственной культуры, чувства толерантности и ценностного отношения к физической культуре, как составной и неотъемлемой части общечеловеческой культуры; пропагандировать и поощрять этические нормы организации честной, справедливой игры в спорте, что исключает акты насилия, обмана, использования запрещенных стимуляторов (допингов), а также любых форм эксплуатации в попытке добиться победы; повышение духовно-нравственного поведения, связанного с проявлением в спорте таких общечеловеческих моральных ценностей, как честность, справедливость, благородство.

#### **4. Эстетического воспитания:**

формирование эстетического и этического сознания через освоение культуры движения и культуры тела; понимание ценности здорового и безопасного образа жизни; формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни; осознание важности физической культуры и спорта как средства коммуникации и самовыражения.

#### **5. Ценности научного познания:**

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности в области физической культуры и спорта; использование доступного объема специальной терминологии.

#### **6. Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание ценности жизни:**

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не

осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

#### **7. Трудового воспитания:**

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, Организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда спортивной индустрии; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

#### **8. Экологического воспитания:**

экологически целесообразного отношения к природе как источнику жизни на Земле, основе её существования, понимания ценности здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к собственному физическому и психическому здоровью, осознания ценности соблюдения правил безопасного поведения при использовании спортивного инвентаря и оборудования в спортивных залах и на открытых спортивных площадках; способности применять знания, получаемые при изучении предмета «Физическая культура», для решения задач, связанных с окружающей природной средой, повышения уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения посредством участия в экологических проектах сферы физической культуры и спорта.

В результате реализации рабочей программы курса внеурочной деятельности «Гандбол» у обучающихся будут сформированы личностные, метапредметные и предметные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

*Личностными результатами освоения содержания программы по гандболу 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 содержания программы по гандболу являются следующие умения:*

*Регулятивные УУД:*

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

*Познавательные УУД:*

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

*Коммуникативные УУД:*

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

*Предметными результатами освоения содержания программы по гандболу являются следующие умения:*

- планировать занятия специальными физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- 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 игры по гандболу и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований по гандболу;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия гандбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести учащиеся в процессе реализации программы дополнительной физкультурно-спортивной направленности**

1. Научиться простым практическим навыкам судейства игры в гандбол и выполнять основные технические приёмы в гандболе;
2. Выполнять основные технические действия и приемы игры в гандбол, футбол, баскетбол и лапту в условиях учебной и игровой деятельности.
3. Научиться методике индивидуальных тактических действий в защите и нападении при игре в гандбол
4. Уметь играть по правилам мини-гандбола и гандбола;
5. Освоить технику скрытых верхних передач мяча;
6. Освоить технику скрытых нижних передач мяча;
7. Получить теоретические и простые практические навыки судейства;
8. Уметь управлять своими эмоциями в игровой деятельности;
9. Знать методы тестирования при занятиях гандбола;
10. Знать основные понятия и термины в теории и методике гандбола;
11. Научиться работать в коллективе, подчинять свои действия интересам коллектива в достижении общей цели;

12. Овладеть техникой блокировки в защите;
13. Овладеть методикой индивидуальных тактических действий в защите и нападении;
14. Знать основные тактико-технические действия вратаря;
15. Уметь участвовать (и знать правила) в различных спортивных мероприятиях (играх, эстафетах, пр.) с элементами гандбола и иных видов спорта;
16. Уметь участвовать в соревнованиях по гандболу различного школьного уровня (в соответствии со своим возрастным уровнем).

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «Гандбол»**

### **Теоретическая подготовка**

История Олимпийских игр и олимпийского движения.

История олимпийского движения в России (СССР). Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр

Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Физическая культура в современном обществе.

История развития гандбола в мире и России. Успехи российских гандболистов на мировой арене.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности. Основные принципы культуры здорового образа жизни.

Оптимальная двигательная активность, как профилактика заболеваний, укрепление здоровья и профилактика вредных привычек.

Понятие о технико-тактических особенностях вида спорта «гандбол».

Организационные основы занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью, правила подбора физических упражнений и физических нагрузок

Комплексы упражнений для развития различных физических качеств.

Правила организации мест для занятий физической культурой в целом и для занятий гандболом в частности (параметры профессиональных площадок, необходимое оборудование и инвентарь, иные возможности для занятий гандболом).

Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом (в том числе, гандболом), гигиенические требования к организации этих занятий.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между людьми.

Воспитание морально-волевых качеств в процессе занятий спортом: сознательность, уважение к старшим, смелость, выдержка, решительность, настойчивость.

## **Техническая подготовка**

### ***Техника нападения***

Стойка игрока.

Бег с изменением направления.

Бег с изменением скорости.

Бег спиной вперед.

Смена бега спиной вперед на бег лицом вперед и наоборот.

Бег челночный.

Бег зигзагом (с выпадом в стороны).

Бег с подскоками.

Прыжки вверх, в стороны, вперед, отталкиваясь одной и двумя ногами.

Ловля мяча двумя руками на месте.

Ловля двумя руками в прыжке.

Ловля мяча справа и слева.

Ловля с недолетом и перелетом.

Ловля мячей высоких, низких.

Ловля катящегося мяча.

Ловля с отскока от площадки.

Ловля мяча в движении шагом.

Ловля в движении бегом.

Ловля мяча, летящего навстречу.

Ловля мяча двумя руками при активном сопротивлении.

Передача толчком двумя руками с места.

Передача мяча одной рукой хлестом сверху с места.

Передача мяча хлестом сверху с последующим перемещением.

Передача мяча с разбега обычными шагами.

Передача со скрестным шагом в разбеге.

Передача мяча при движении партнеров в одном направлении.

Передача по прямой траектории.

Передача по навесной траектории.

Передача с отскоком от площадки.

Передача мяча с преодолением помех.

Ведение мяча одноударное на месте.

Ведение многоударное на месте.

Ведение мяча многоударное в движении по прямой.

Ведение мяча многоударное с изменением направления.

Ведение мяча многоударное с изменением скорости.

Ведение мяча с высоким отскоком.

Ведение мяча с низким отскоком.

Ведение подбрасыванием.

Бросок хлестом сверху с места.

Бросок с разбега обычными шагами в опорном положении.

Бросок с разбега с горизонтальной траекторией полета мяча.

Бросок с отраженным отскоком.

Бросок с разбега со скрестным шагом (вперед).

Бросок хлестом сбоку с места.  
Бросок сбоку с разбега со скрестным шагом.  
Бросок в прыжке, отталкиваясь одноименной ногой.  
Бросок в падении с приземлением на ногу и руки.  
Штрафной бросок в двухопорном положении.

### ***Техника защиты***

Стойка защитника.  
Перемещение приставным шагом боком.  
Перемещение вперед-назад в стойке защитника.  
Выбивание при одноударном ведении на месте.  
Ведение при многоударном ведении шагом и бегом.  
Выбивание при ведении в параллельном движении.  
Блокирование мяча двумя руками сверху на месте.  
Блокирование мяча двумя руками сверху в прыжке.  
Блокирование мяча одной рукой сбоку, снизу.  
Блокирование игрока без мяча.  
Блокирование игрока с мячом.

### ***Техника вратаря***

Стойка вратаря.  
Передвижение в воротах.  
Задержание двумя руками на месте.  
Задержание одной рукой сверху в прыжке.  
Задержание одной рукой сбоку без замаха.  
Задержание одной рукой снизу.  
Задержание ногой в выпаде.  
Задержание мяча двумя ногами смыкание ног.  
Задержание мяча одной ногой махом.  
Отбивание мяча в площадку двумя руками.  
Ловля мяча с отскока от площадки.  
Техника полевого игрока.

## **Тактическая подготовка**

Общие понятия тактической подготовки игрока в гандбол.  
Основные виды бега и тактика их выполнения.  
Прыжки, их назначение в игре и техника их выполнения.  
Базовая техника владения мячом.  
Остановки – их назначение и техника выполнения.  
Виды поворотов, их назначения и техника выполнения.  
Особенности «стойки нападающего» и правильность её выполнения в различных игровых ситуациях.  
Техника владения мячом в движении во время игры и методическая последовательность обучению.  
Игры, совершенствующие технику владения мячом.

Техника выполнения основных обманных движений (финтов), в том числе с мячом.

Техника игры в защите, основное предназначение и действия.

Техника вратаря, - основные элементы действия вратаря и техника их выполнения.

Позиционное нападение 3:3 с крайними у 6-метровой линии

Позиционное нападение 3:3 с крайними у 9-метровой линии

Стремительное нападение – отрыв.

Подстраховка партнёра при личной защите

Подстраховка при зонной защите

Переключение передач игрока партнёру

Переключение на опеку другого нападающего сменой подопечных

Противодействие заслону: отступление и проскальзывание

Разбор при боковом броске.

Зонная защита 6:0 без выхода на игрока с мячом.

Зонная защита 6:0 с выходом.

Смешанная защита 5+1.

Защита в меньшинстве.

Защита в большинстве.

Личная защита в зоне ближних бросков без переключения.

Личная защита по всему полю.

### **Физическая подготовка**

#### **Общеподготовительные упражнения**

- строевые упражнения
- упражнения для рук и плечевого пояса
- упражнения для ног
- упражнения для шеи и туловища
- упражнения для всех групп мышц
- упражнения для развития силы
- упражнения для развития быстроты
- упражнения для развития ловкости
- упражнения типа «полоса препятствий»
- упражнения для развития скоростно-силовых качеств
- упражнения для развития общей выносливости.

#### **Специально - подготовительные упражнения**

- упражнения для быстроты движений и прыгучести
- упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска
- упражнения для развития игровой ловкости
- упражнения для развития специальной выносливости

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Содержание курса	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся	Основные направления воспитательной деятельности
<b>Теоретическая подготовка</b>				
Основы знаний	<p>История Олимпийских игр и олимпийского движения.</p> <p>История олимпийского движения в России (СССР). Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.</p> <p>Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.</p> <p>Физическая культура в современном обществе.</p> <p>История развития гандбола в мире и России. Успехи российских гандболистов на мировой арене.</p>	6	<p><i>Уметь</i> характеризовать олимпийские игры древности как явление культуры;</p> <p><i>Понимать</i> и <i>объяснять</i> смысл символики и ритуалов, роль Пьера де Кубертена в становлении олимпийского движения.</p> <p><i>Знать</i> историю возникновения олимпийского движения в дореволюционной России.</p> <p><i>Понимать</i>, чем знаменателен советский период развития олимпийского движения в России.</p> <p><i>Определять</i> основные направления развития физической культуры в обществе, <i>понимать</i> целевое предназначение каждого из них.</p> <p><i>Знать</i> историю развития гандбола в мире и в России.</p> <p><i>Рассказывать</i> и <i>понимать</i> роль и значение физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укреплении здоровья.</p> <p><i>Знать</i> основные правила планирования режима дня.</p> <p><i>Иметь</i> представление об особенностях вида спорта «гандбол», его доступности и популярности среди различных категорий граждан.</p>	1,2,3
	<p>Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности. Основные принципы культуры здорового образа жизни.</p> <p>Оптимальная двигательная активность, как профилактика заболеваний, укрепление здоровья и профилактика вредных привычек.</p> <p>Понятие о технико-тактических особенностях вида спорта «гандбол».</p> <p>Организационные основы занятий</p>		<p><i>Различать</i> упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (координация движений, сила,</p>	2,6,8

	<p>физкультурно-оздоровительной деятельностью, правила подбора физических упражнений и физических нагрузок</p> <p>Комплексы упражнений для развития различных физических качеств.</p> <p>Правила организации мест для занятий физической культурой в целом и для занятий гандболом в частности (параметры профессиональных площадок, необходимое оборудование и инвентарь, иные возможности для занятий гандболом).</p> <p>Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом (в том числе, гандболом), гигиенические требования к организации этих занятий. Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между людьми.</p> <p>Воспитание морально-волевых качеств в процессе занятий спортом: сознательность, уважение к старшим, смелость, выдержка, решительность, настойчивость.</p>		<p>выносливость, ловкость, быстрота, гибкость, пр.).</p> <p><i>Знать и понимать</i> взаимные связи между развитием двигательных качеств и психических процессов.</p> <p><i>Знать и соблюдать</i> этические нормы как в спорте, так и при повседневном общении.</p> <p>Знать и развивать в процессе повседневной жизни морально-волевые качества</p> <p><i>Знать</i> параметры площадок и их оборудование для игры в гандбол.</p> <p><i>Знать</i> правила техники безопасности на занятиях физической культурой и спортом (гандболом в том числе).</p>	3,5,6,8
<b>Техническая подготовка</b>				
<p>Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек</p>	<p>Стойки игрока.</p> <p>Перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперёд.</p> <p>Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом.</p> <p>Комбинации из освоенных элементов техники передвижений</p>	12	<p>Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и</p>	4,5,6,7

	(перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).		действий, соблюдают правила безопасности	
Освоение ловли и передач мяча	Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении без сопротивления защитника и с пассивным сопротивлением (в парах, тройках, квадрате, круге). Ловля катящегося мяча.	24	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	4,5,6,7
Освоение техники ведения мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте; в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.	14	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	4,5,6,7
Овладение техникой бросков мяча	Бросок мяча сверху в опорном положении и в прыжке. Броски мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.	16	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	4,5,6,7
Освоение индивидуальной техники защиты	Вырывание и выбивание мяча. Блокирование броска.	14	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	4,5,6,7
Совершенствование техники перемещений, владения мячом	Комбинация из освоенных элементов	14	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и	4,5,6,7

и развитие кондиционных и координационны х способностей	техники перемещений и владения мячом.		условий, возникающих в процессе игровой деятельности	
<b>Тактическая подготовка</b>				
Освоение тактики игры	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».	24	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	4,5,6,7
Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.  Мини-гандбол	20	Организуют совместные занятия ручным мячом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в ручной мяч, как средство активного отдыха	4,5,6,7
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>		

СОГЛАСОВАНО  
 Протокол заседания методического  
 объединения учителей физической  
 культуры МАОУ СОШ № 83  
 от 28 августа 2024г № 1  
 Руководитель МО  
 \_\_\_\_\_ Ю.М.Рагулина

СОГЛАСОВАНО  
 Заместитель директора по УМР  
 \_\_\_\_\_ Н.В.Паэгле  
 «29» августа 2024

## УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Гречин А.Л. Гандбол в школе. Азбука юного гандболиста. Пособие для учащихся общеобразоват. учреждений. / А.Л.Гречин. – Минск. Пачатковая школа,2008 – 56с.
2. Игнатьева В. Я. Теория и методика гандбола: учебник / В. Я. Игнатьева. – М.: Спорт, 2016. - 328 с
3. Игнатьева В.Я., Петрачева И.В. Многолетняя подготовка гандболистов в детско-юношеских спортивных школах: Методическое пособие. – М.: Советский спорт 2004. -216с.
4. Кудрицкий В.Н. Гандбол. Техника, тактика игры и методика обучения. – Брест, Ю БГТУ 2002 – 142 с.
5. Сборник нормативных документов. Физическая культура; Дрофа - Москва, 2008.
6. Лях В. И. Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 5—9 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — 9(е изд. — М.: Просвещение, 2021. — 104 с.
7. Физическая культура. 5—7 классы: учеб, для общеобразоват. учреждений / [М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова и др.]; под ред. М. Я. Виленского. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2013. — 239 с.
8. Физическая культура. Методические рекомендации. 8—9 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — М.: Просвещение, 2021. — 4-е изд. — 239 с.