

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар  
средняя общеобразовательная школа № 83  
имени Героя Советского Союза Евгении Жигуленко  
350088, Краснодар, ул. Сормовская, д. 187,  
тел: 8(861)232-24-32  
e-mail:school83@kubannet.ru



УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
МАОУ СОШ № 83 МО город Краснодар  
от 30.08.2023 года протокол № 1  
Председатель Е.А. Муковская

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По внеурочной деятельности «Футбол»

Уровень образования основное общее, 8 – 9 классы

Количество часов: всего 68 часов

Учитель - Медоев Вячеслав Михайлович, учитель физической культуры  
МАОУ СОШ № 83

Программа разработана в соответствии с ФГОС основного общего образования и на основе примерной основной образовательной программы основного общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения от 8 апреля 2015 г. № 1/15

## Планируемые результаты внеурочной деятельности

В результате реализации рабочей программы курса внеурочной деятельности «Футбол» при получении основного общего образования у обучающихся будут сформированы личностные, метапредметные и предметные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

*Личностными результатами освоения содержания программы по футболу 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 футболу 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 футболу 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 футболу и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований по футболу;
- 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 футбола, 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 внеурочной деятельности**

В итоге реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол» учащиеся *должны знать:*

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

*уметь:*

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своём здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

## Содержание курса

**Тема 1. Введение.** Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.

**Тема 2. Передвижения и остановки.** Передвижение боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)

**Тема 3. Удары по мячу.** Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема. Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары по летящему мячу серединой подъема. Удары по летящему мячу серединой лба. Удары по летящему мячу боковой частью лба. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь

**Тема 4. Остановка мяча.** Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы

**Тема 5. Ведение мяча и обводка.** Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов)

**Тема 6. Отбор мяча.** Выбивание мяча ударом ногой.

**Тема 7. Вбрасывание мяча.** Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.

**Тема 8. Игра вратаря.** Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта).

**Тема 9. Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.** Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.

**Тема 10. Тактика игры.** Тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения позиций. Позиционные нападения с изменением позиций. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.

**Тема 11. Подвижные игры и эстафеты.** Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности.

**Тема 12. Физическая подготовка.** Развитие скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

**Развитие быстроты.** Старты из различных положений с последующим ускорением. Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорением, «рывками», изменением направления передвижения. Бег в максимальном темпе. Бег и ходьба спиной вперёд с изменением темпа и направления движения (по прямой, по кругу и «змейкой»). Бег с максимальной скоростью с поворотами на 180° и 360°. Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Прыжки по разметкам на правой (левой) ноге, между стоек, спиной вперёд. Прыжки вверх на обеих ногах и одной ногой с продвижением вперёд. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения. Подвижные и спортивные игры, эстафеты.

*Развитие силы.* Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Многоскоки через препятствия. Спрыгивание с возвышенной опоры с последующим ускорением, прыжком в длину и в высоту. Прыжки на обеих ногах с дополнительным отягощением (вперёд, назад, в приседе, с продвижением вперёд).

*Развитие выносливости.* Равномерный бег на средние и длинные дистанции. Повторные ускорения с уменьшающимся интервалом отдыха. Повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью и уменьшающимся интервалом отдыха. Гладкий бег в режиме непрерывно-интервального метода. Передвижение на лыжах в режиме большой и умеренной интенсивности.

### Тематическое планирование

| № п/п | Разделы программы                      | Темы, входящие в данный раздел                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | <b>Введение (1 ч.)</b>                 | Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 2     | <b>Передвижения и остановки (3 ч.)</b> | Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 3     | <b>Удары по мячу (17 ч.)</b>           | Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема. Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары по летящему мячу серединой подъема. Удары по летящему мячу серединой лба. Удары по летящему мячу боковой частью лба. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Поддача мяча в штрафную площадь |
| 4     | <b>Остановка мяча (7 ч.)</b>           | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 5     | <b>Ведение мяча и обводка (8 ч.)</b>   | Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов)                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 6     | <b>Отбор мяча (6 ч.)</b>               | Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 7     | <b>Ввод мяча (2 ч.)</b>                | Ввод мяча в игру мяча из-за боковой линии с места и с шагом                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 8     | <b>Игра вратаря (5 ч.)</b>             | Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 9     | <b>Выполнение комбинаций из</b>        | Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|           |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|           | <b>освоенных элементов техники перемещений и владение мячом (2 ч.)</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>10</b> | <b>Тактика игры (9 ч.)</b>                                             | Тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения позиций. Позиционные нападения с изменением позиций. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.<br>Двусторонняя учебная игра |
| <b>11</b> | <b>Подвижные игры и эстафеты (4 ч.)</b>                                | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности                                                                                                                                                                          |
| <b>12</b> | <b>Физическая подготовка (4 ч.)</b>                                    | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.<br>Подготовка к сдаче норм «ГТО»                                                                                                                                                                                   |

### Календарно-тематическое планирование

| №<br>п\п                    | Тема<br>занятия                                                                                                                                                     | Кол-<br>во<br>часов | Дата проведения |      | Формы внеурочной<br>деятельности                                                                           |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                             |                                                                                                                                                                     |                     | план            | факт |                                                                                                            |
| Введение                    |                                                                                                                                                                     | 1                   |                 |      |                                                                                                            |
| 1                           | Инструктаж по ТБ.<br>История и развитие<br>футбола и мини-<br>футбола в России.<br>Гигиенические занятия<br>и навыки. Закаливание.<br>Режим и питание<br>спортсмена | 1                   |                 |      | Лекция. Беседа                                                                                             |
| Передвижения и<br>остановки |                                                                                                                                                                     | 3                   |                 |      |                                                                                                            |
| 2-3                         | Передвижения боком,<br>спиной вперёд,<br>ускорение, остановки,<br>повороты, старты из<br>различных исходных<br>положений.                                           | 2                   |                 |      | Показ отдельных<br>упражнений. Отработка<br>технических приемов и<br>тактических действий.                 |
| 4                           | Комбинации из<br>освоенных элементов<br>техники<br>передвижений (бег,<br>остановки, повороты,<br>рывки)                                                             | 1                   |                 |      | Показ отдельных<br>упражнений. Отработка<br>технических приемов и<br>тактических действий.<br>Учебная игра |
| Удары по мячу               |                                                                                                                                                                     | 17                  |                 |      |                                                                                                            |
| 5-6                         | Удары по<br>неподвижному и<br>катящемуся мячу<br>внутренней стороной<br>стопы и средней<br>частью подъема                                                           | 2                   |                 |      | Показ отдельных<br>упражнений. Отработка<br>технических приемов и<br>тактических действий.<br>Учебная игра |
| 7-8                         | Удары по<br>катящемуся мячу<br>внутренней частью<br>подъема                                                                                                         | 2                   |                 |      | Показ отдельных<br>упражнений. Отработка<br>технических приемов и<br>тактических действий.<br>Учебная игра |

|                       |                                                                          |          |  |  |                                                                                                |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9-10                  | Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема                        | 2        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| 11-12                 | Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком                | 2        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| 13-14                 | Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы                         | 2        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| 15                    | Удары по летящему мячу серединой подъема                                 | 1        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| 16                    | Удары по летящему мячу серединой лба                                     | 1        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| 17                    | Удары по летящему мячу боковой частью лба                                | 1        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| 18-19                 | Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель | 2        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| 20-21                 | Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь                             | 2        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| <b>Остановка мяча</b> |                                                                          | <b>7</b> |  |  |                                                                                                |
| 22-23                 | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой           | 2        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| 24-25                 | Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы                         | 2        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| 26                    | Остановка мяча грудью                                                    | 1        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра |
| 27-28                 | Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы                        | 2        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и                                    |

|                               |                                                                                                                                                            |          |  |  |                                                                                                                 |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                               |                                                                                                                                                            |          |  |  | тактических действий.<br>Учебная игра                                                                           |
| <b>Ведение мяча и обводка</b> |                                                                                                                                                            | <b>8</b> |  |  |                                                                                                                 |
| 29-30                         | Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника) | 2        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 31-32                         | Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника                                                                                                          | 2        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 33-34                         | Ведение мяча с активным сопротивлением защитника                                                                                                           | 2        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 35-36                         | Обводка с помощью обманных движений (финтов)                                                                                                               | 2        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| <b>Отбор мяча</b>             |                                                                                                                                                            | <b>6</b> |  |  |                                                                                                                 |
| 37-38                         | Выбивание мяча ударом ногой                                                                                                                                | 2        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 39-40                         | Отбор мяча перехватом                                                                                                                                      | 2        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 41                            | Отбор мяча толчком плеча в плечо                                                                                                                           | 1        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 42                            | Отбор мяча в подкате                                                                                                                                       | 1        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра                  |
| <b>Ввод мяча</b>              |                                                                                                                                                            | <b>2</b> |  |  |                                                                                                                 |
| 43-44                         | Ввод мяча в игру мяча из-за боковой линии с места и с шагом                                                                                                | 2        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра                  |
| <b>Игра вратаря</b>           |                                                                                                                                                            | <b>5</b> |  |  |                                                                                                                 |

|                                                                                          |                                                                            |          |  |  |                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 45                                                                                       | Ловля катящегося мяча                                                      | 1        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра                  |
| 46                                                                                       | Ловля мяча, летящего навстречу                                             | 1        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра                  |
| 47                                                                                       | Ловля мяча сверху в прыжке                                                 | 1        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра                  |
| 48                                                                                       | Отбивание мяча кулаком в прыжке                                            | 1        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра                  |
| 49                                                                                       | Ловля мяча в падении (без фазы полёта)                                     | 1        |  |  | Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра                  |
| <b>Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом</b> |                                                                            | <b>2</b> |  |  |                                                                                                                 |
| 50-51                                                                                    | Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)               | 2        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| <b>Тактика игры</b>                                                                      |                                                                            | <b>9</b> |  |  |                                                                                                                 |
| 52-53                                                                                    | Тактика свободного нападения                                               | 2        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 54                                                                                       | Позиционные нападения без изменения позиций                                | 1        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 55                                                                                       | Позиционные нападения с изменением позиций                                 | 1        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 56-57                                                                                    | Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот | 2        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 58                                                                                       | Индивидуальные, групповые и командные                                      | 1        |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических                                               |

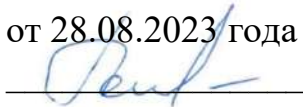
|                                  |                                                                                               |                 |  |  |                                                                                                                 |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                  | тактические действия в нападении и защите                                                     |                 |  |  | приемов и тактических действий. Учебная игра.                                                                   |
| 59-60                            | Двусторонняя учебная игра                                                                     | 2               |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| <b>Подвижные игры и эстафеты</b> |                                                                                               | <b>4</b>        |  |  |                                                                                                                 |
| 61-62                            | Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий | 2               |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 63-64                            | Игры, развивающие физические способности                                                      | 2               |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| <b>Физическая подготовка</b>     |                                                                                               | <b>4</b>        |  |  |                                                                                                                 |
| 65-66                            | Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости  | 2               |  |  | Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. |
| 67-68                            | Подготовка к сдаче норм «ГТО»                                                                 | 2               |  |  | Круговая тренировка                                                                                             |
| <b>Итого</b>                     |                                                                                               | <b>68 часов</b> |  |  |                                                                                                                 |

РАССМОТРЕНО

Протокол заседания МО учителей  
физической культуры

МАОУ СОШ № 83

от 28.08.2023 года № 1

 /Рагулина Ю.М.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

 Паэгле Н.В.

подпись

Ф.И.О