

Приложение
к основной образовательной программе
основного общего образования
(приказ от 28.08.2025 №83-од)

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 56
с углубленным изучением отдельных предметов» (МАОУ СОШ №56)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Спортивные игры»

для обучающихся 5 – 8 классов

Артёмовский, 2025

Рабочая программа ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания и в рабочей программе воспитания МАОУ СОШ №56

Содержание учебного предмета

Флорбол

5-8 классы. Знание о флорболе. История развития отечественных и зарубежных флорбольных клубов; ведущие игроки флорбольных клубов региона и Российской Федерации. Названия и роль главных флорбольных организаций/ федераций (международные, российские), осуществляющие управление флорболом. Требования безопасности при организации занятия флорболом. Характерные травмы флорболистов и мероприятия по их предупреждению. Флорбольный словарь терминов и определений. Правила соревнований игры во флорбол. Судейская коллегия. Жесты судьи. Амплуа полевых игроков при игре в флорбол. Правила подбора физических упражнений для развития физических качеств флорболистов. Понятия и характеристика технических и тактических элементов флорбола, их название и методика выполнения. Технические приемы и тактические действия во флорболе. Элементы техники передвижения по игровой площадке полевого игрока во флорболе. Ведение мяча: различными способами дриблинга (с переключением, способом «пятка -носок»; без отрыва мяча от клюшки, ведение мяча толчками (ударами); ведение, прикрывая мяч корпусом; смешанный способ ведения мяча. Приём: приём мяча с уступающим движением клюшки (в захват), приём мяча корпусом и ногой, приём летного мяча клюшкой. Передача мяча: ударом, броском, верхом, по полу. Бросок мяча: заматающий, удар-щелчок, прямой удар, удар с неудобной стороны, удар по летному мячу. Обводка и обыгрывание: оббегание соперника, прокидкой или пробросом мяча, с помощью элементов дриблинга, при помощи обманных движений(финтов), отбор мяча (в момент приема и во время ведения); выбивание или вытаскивание. Перехват мяча: клюшкой, ногой, корпусом. Розыгрыш спорного мяча: выигрыш носком пера клюшки на себя, выбивание, продавливание. Техника игры вратаря: 1) стойка(высокая, средняя, низкая); 2)элементы техники перемещения (приставными шагами, стоя на коленях толчком одной или двумя руками от пола; отталкивание ногой от пола со стойки на колене, смешанный тип); 3) элементы техники противодействия и овладения мячом(парирование- отбивание мяча ногой, рукой, туловищем, головой; ловля - одной или двумя руками, накрывание); 4) элементы техники нападения (передача мяча рукой). тактика игры вратаря: выбор позиции при атакующих действиях соперника и стандартных положениях , правильный способ

применения технических действий в игре, атакующие действия (пас), руководство игрой партнёров по обороне. Тактика нападения индивидуальные действия с мячом и без мяча (открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля, подключение); групповые взаимодействия и комбинации (в парах, тройках, группах, при стандартных положениях); командные взаимодействия: расположение и взаимодействие игроков при организации атакующих действий в различных игровых ситуациях (позиционная атака, быстрая атака), расположение и взаимодействие игроков при розыгрышах стандартных ситуаций в атаке (спорный мяч, свободный удар, ввод мяча в игру), расположение и взаимодействие игроков при игре в не равночисленных составах в атаке (игра в численном большинстве). Тактика защиты: -Индивидуальные действия. Оценка целесообразности той или иной позиции. Своевременное занятие наиболее выгодной позиции. Применение отбора мяча изученным образом в зависимости от игровой обстановки; Групповые действия. Взаимодействие в обороне при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Взаимодействий в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Правильный выбор позиции и страховки при организации противодействия атакующим комбинациям. Учебные игры во флорбол. Малые (упрощённые) игры в технико-тактической подготовки флорболистов. Участие в соревновательной деятельности. В целях объективного определения уровня подготовки обучающихся и своевременного выявления пробелов целесообразно проводить тестирование учащихся.

Настольный теннис

5-8 классы. История развития настольного тенниса в России. Правила игры и содержания инвентаря. перемещение игрока при сочетании ударов справа и слева. Правильная хватка ракетки и способы держания. (жёсткий хват, мягкий хват, хват «пером», «малые клещи», «большие клещи»). Удары по мячу накатом. Удар по мячу полуката, удар подрезкой, срезкой, толчок. Игра в ближней и дальней зонах. Вращение мяча. Основные положения теннисиста. Исходные положения выбор места. Способы перемещения. Шаги, прыжки, выпады. Одношажные и двушажные перемещения. Подача (четыре группы подачи: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением). Удары: накатом с подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученая «свеча» в броске. Тактика одиночных игр. Игра в защите. Основные тактические комбинации. при своей подаче: (короткая и длинная подача).

Тэг- регби

5-8 классы. Терминология избранной игры. Правила соревнований по тэг-регби. Техника безопасности при занятиях тэг-регби. Подготовка места занятий. Помощь в

судействе. Помощь в организации и проведении игр и игровых заданий. Стойки и перемещения. Ловля и передача мяча. Техника срывания ленты. Техника и тактика игры в тэг-рэгби в защите и в нападение. Подвижные игры без мяча и с мячом: «Рэгбийные салки», «Штандер рэгбийным мячом», «салки с передачей мяча между водящими», «собачки в квадрате». Игра в тэг-рэгби.

Гандбол

5-8 классы. Терминология избранной игры. Правила игры гандбол. Техника безопасности при занятиях гандболом. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Помощь в организации и проведении подвижных игр и игровых заданий. Стойка гандболиста. Передвижения по прямой, с изменением направления и скорости, спиной вперед. Ловля и передача мяча обеими руками на уровне груди, над головой, ниже пояса. Ловля мяча одной с захватом его другой. Ведение мяча в сочетании с ловлей и передачами мяча. Игры и эстафеты с ведением мяча. Броски мяча в ворота с места, прямого разбега, с разбега вдоль ворот. Подвижные игры «Мяч в воздухе», «Гонка мячей по кругу».

Тематическое планирование по спортивным играм

[illegible]

**Календарно-тематическое планирование
«Спортивные игры» для 5 классов.**

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	
			по	фактически
			плану	
	1. основы знаний	(в процессе занятий)	Сентябрь-ноябрь	
	2.Тэг-рэгби	10		
1	Тэг-рэгби. История возникновения игры. Инструктаж по Т.Б. Стойки игрока; перемещения в стойке. Ускорения, старты из различных положений.	1		
2	Стойки игрока; перемещения в стойке. Ускорения, старты из различных положений. Изменения направления движения.	1		
3	Техника ловли и передачи мяча. Подбор мяча.	1		
4	Техника выполнения передач. «Закрой игрока и перехвати передачу», «выполни заданное количество передач».	1		
5	Передача мяча на стоя на месте и в движении(короткая и средняя передачи).Подвижные игры с мячом: «Перестрелка», «Салки с передачей мяча между водящими».	1		
6	Передача в крест. Игра в тэг-рэгби по упрощённым правилам.	1		
7	Забегание в атаке в парах и тройках. Подвижные игры с элементами тэг-рэгби.	1		
8	Техника выполнения смещения в игре в атаке, способ противостоять этому при игре в защите. Учебная игра в тэг-рэгби	1		
9	Линия защиты. Эстафеты с рэгбийным мячом. Учебная игра в тэг-рэгби.	1		
10	Проведение контрольных игр в тэг-рэгби.	1		
	3. Флорбол	10		
11	Инструктаж по Т.Б. История развития отечественных и зарубежных флорбольных клубов; Флорбольные клубы их традиции. Достижения отечественной сборной команды страны и российских клубов.	1	Ноябрь - февраль	
12	Комплексы упражнений формирующие двигательные умения и навыки технических и тактических действий флорбиста: общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений. Подвижные игры с элементами флорбола.	1		
13	Технические приемы и тактические действия во флорболе. Техника передвижения по игровой площадке полевого игрока во флорболе.	1		
14	Ведение мяча: различными способами дриблинга(с перекачиванием, способом «пятка-	1		

	носок»); без отрыва мяча от крюка клюшки; ведение мяча толками(ударами);ведение, прикрывая мяч корпусом; смешанный способ ведения мяча.			
15	Приём: приём мяча с уступающим движением крюка клюшки (в захват), приём без уступающего движения крюка клюшки (подставка клюшки), приём мяча корпусом и ногой, приём летного мяча клюшкой. Передача мяча: ударом, броском, верхом, по полу, неудобной стороной.	1		
16	Обводка и обыгрывание: оббеганием соперника, прокидкой или пробросом мяча, с помощью элементов дриблинга, при помощи обманных движений(финтов), отбор мяча (в момент приема и во время ведения): выбивание или вытаскивание. Перехват мяча: клюшкой, ногой, корпусом. Игра в флорбол по упрощенным правилам.	1		
17	Техника игры вратаря: 1. Стойка (высокая, средняя, низкая); 2) элементы техники перемещения (приставными шагами, стоя на коленях; на коленях толчком одной или двумя руками от пола; смешанный тип. 3)элементы техники противодействия и овладения мячом (парирование-отбивание мяча ногой, рукой, туловищем, головой; ловля-одной, двумя руками, накрывание.); 4) элементы техники нападения (передача мяча рукой). Игра в флорбол.	1		
18-19	Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом и без мяча (открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля групповые взаимодействия и комбинации (в парах, тройках, группах) расположение и взаимодействие игроков при розыгрышах стандартных ситуаций в атаке: спорный мяч, свободный удар, ввод мяча в игру). игра в флорбол.	2		
20	Техника защиты: индивидуальные и групповые взаимодействия в обороне. Игра в флорбол.	1		
	4. Настольный теннис	10		
21	Инструктаж по Т.Б. История развития настольного тенниса, и его роль в современном обществе. Оборудование и спортивный инвентарь для настольного тенниса.	1		
22	Выбор ракетки и способы держания. Поддача (верхняя, нижняя, боковая, со смешанным вращением). Игра «не дай мячу скатиться, «пройди с мячом», «балансирование с мячом».	1		
23	Хват ракетки (жесткий, мягкий, «пером»); игры «с ракетки на ракетку»; Поддачи: короткие и длинные. Игра в настольный теннис у стола.	1		
24	Хват ракетки («малые клещи», «большие клещи». Поддача накатом, удары слева, справа. Игры с элементами игры в настольный теннис «Мяч от стены на ракетку».	1		
25	Удары по мячу накатом. Эстафеты с элементами	1	Р	Д

	игры в настольный теннис. Игра в настольный теннис.			
26	Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок. Игра «Мяч от стены на ракетку». игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
27	Игра в ближних и дальних зонах. Основные положения теннисиста. Игра в настольный теннис.	1		
28	Способы перемещения (шаги, прыжки, выпады, броски. Одношажные двушажные перемещения, тактика одиночных игр. Игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
29	Основные тактические комбинации. Игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
30	Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность. Игра у стола. Игровые комбинации.	1		
	5. Гандбол	4	май	
31	Инструктаж по Т.Б. Стойка гандболиста. Передвижения по прямой, с изменением направления и скорости, спиной вперед.	1		
32	Стойка гандболиста. Передвижения по прямой, с изменением направления и скорости, спиной вперед.	1		
33-34	Резервные уроки.	2		

**Календарно-тематическое планирование
«Спортивные игры» для 6 классов.**

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	
			по	фактически
			плану	
	1. основы знаний	(в процессе занятий)	Сентябрь-ноябрь	
	2. Тэг-рэгби	10		
1	Тэг-рэгби. История возникновения игры. Инструктаж по Т.Б. Стойки игрока; перемещения в стойке. Ускорения, старты из различных положений.	1		
2	Стойки игрока; перемещения в стойке. Ускорения, старты из различных положений. Изменения направления движения.	1		
3	Техника ловли и передачи мяча. Подбор мяча.	1		
4	Техника выполнения передач. «Закрой игрока и перехвати передачу», «выполни заданное количество передач».	1		
5	Передача мяча на стоя на месте и в движении(короткая и средняя передачи).Подвижные игры с мячом: «Перестрелка», «Салки с передачей мяча между водящими».	1		
6	Передача в крест. Игра в тэг-рэгби по упрощённым правилам.	1		
7	Забегание в атаке в парах и тройках. Подвижные игры с элементами тэг-рэгби.	1		
8	Техника выполнения смещения в игре в атаке, способ противостоять этому при игре в защите. Учебная игра в тэг-рэгби	1		
9	Линия защиты. Эстафеты с рэгбийным мячом. Учебная игра в тэг-рэгби.	1		
10	Проведение контрольных игр в тэг-рэгби.	1		
	3. Флорбол	10		
11	Инструктаж по Т.Б. История развития отечественных и зарубежных флорбольных клубов; Флорбольные клубы и их традиции. Достижения отечественной сборной команды страны и российских клубов.	1	Ноябрь-февраль	
12	Комплексы упражнений формирующие двигательные умения и навыки технических и тактических действий флорбиста: общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений. Подвижные игры с элементами флорбола.	1		
13	Технические приемы и тактические действия во флорболе. Техника передвижения по игровой площадке полевого игрока во флорболе.	1		
14	Ведение мяча: различными способами дриблинга(с перекатыванием, способом «пятка-носок»); без отрыва мяча от крюка клюшки;	1		

	ведение мяча толками(ударами);ведение, прикрывая мяч корпусом; смешанный способ ведения мяча.			
15	Приём: приём мяча с уступающим движением крюка клюшки (в захват), приём без уступающего движения крюка клюшки (подставка клюшки), приём мяча корпусом и ногой, приём летного мяча клюшкой. Передача мяча: ударом, броском, верхом, по полу, неудобной стороной.	1		
16	Обводка и обыгрывание: оббеганием соперника, прокидкой или пробросом мяча, с помощью элементов дриблинга, при помощи обманных движений(финтов), отбор мяча (в момент приема и во время ведения): выбивание или вытаскивание. Перехват мяча: клюшкой, ногой, корпусом. Игра в флорбол по упрощенным правилам.	1		
17	Техника игры вратаря: 1. Стойка (высокая, средняя, низкая); 2) элементы техники перемещения (приставными шагами, стоя на коленях; на коленях толчком одной или двумя руками от пола; смешанный тип. 3)элементы техники противодействия и овладения мячом (парирование-отбивание мяча ногой, рукой, туловищем, головой; ловля-одной, двумя руками, накрывание.); 4) элементы техники нападения (передача мяча рукой). Игра в флорбол.	1		
18-19	Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом и без мяча.(открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля групповые взаимодействия и комбинации.(в парах, тройках, группах)расположение и взаимодействие игроков при розыгрышах стандартных ситуаций в атаке: спорный мяч, свободный удар, ввод мяча в игру). игра в флорбол.	2		
20	Техника защиты: индивидуальные и групповые взаимодействия в обороне. Игра в флорбол.	1		
	4. Настольный теннис	10		
21	Инструктаж по Т.Б. История развития настольного тенниса, и его роль в современном обществе. Оборудование и спортивный инвентарь для настольного тенниса.	1		
22	Выбор ракетки и способы держания. Поддача (верхняя, нижняя, боковая, со смешанным вращением). Игра «не дай мячу скатиться, «пройди с мячом», «балансирование с мячом».	1		
23	Хват ракетки (жесткий, мягкий, «пером»); игры «с ракетки на ракетку»; Поддачи: короткие и длинные. Игра в настольный теннис у стола.	1		
24	Хват ракетки («малые клещи», «большие клещи». Поддача накатом, удары слева, справа. Игры с элементами игры в настольный теннис «Мяч от стены на ракетку».	1		

25	Удары по мячу накатом. Эстафеты с элементами игры в настольный теннис. Игра в настольный теннис.	1	Февраль-май	
26	Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок. Игра «Мяч от стены на ракетку». игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
27	Игра в ближних и дальних зонах. Основные положения теннисиста. Игра в настольный теннис.	1		
28	Способы перемещения (шаги, прыжки, выпады, броски. Одношажные двушажные перемещения, тактика одиночных игр. Игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
29	Основные тактические комбинации. Игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
30	Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность. Игра у стола. Игровые комбинации.	1		
	5. Гандбол	4		
31	Инструктаж по Т.Б. Стойка гандболиста. Передвижения по прямой, с изменением направления и скорости, спиной вперед.	1	май	
32	Стойка гандболиста. Передвижения по прямой, с изменением направления и скорости, спиной вперед.	1		
33-34	Резервные уроки.	2		

**Календарно-тематическое планирование
«Спортивные игры» для 7 классов.**

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	
			по	фактически
			плану	
	1. основы знаний	(в процессе занятий)	Сентябрь-ноябрь	
	2.Тэг-рэгби	10		
1	Тэг-рэгби. История возникновения игры. Инструктаж по Т.Б. Стойки игрока; перемещения в стойке. Ускорения, старты из различных положений.	1		
2	Стойки игрока; перемещения в стойке. Ускорения, старты из различных положений. Изменения направления движения.	1		
3	Техника ловли и передачи мяча. Подбор мяча.	1		
4	Техника выполнения передач. «Закрой игрока и перехвати передачу», «выполни заданное количество передач».	1		
5	Передача мяча на стоя на месте и в движении(короткая и средняя передачи).Подвижные игры с мячом: «Перестрелка», «Салки с передачей мяча между водящими».	1		
6	Передача в крест. Игра в тэг-рэгби по упрощённым правилам.	1		
7	Забегание в атаке в парах и тройках. Подвижные игры с элементами тэг-рэгби.	1		
8	Техника выполнения смещения в игре в атаке, способ противостоять этому при игре в защите. Учебная игра в тэг-рэгби	1		
9	Линия защиты. Эстафеты с рэгбийным мячом. Учебная игра в тэг-рэгби.	1		
10	Проведение контрольных игр в тэг-рэгби.	1		
	3. Флорбол	10		
11	Инструктаж по Т.Б. История развития отечественных и зарубежных флорбольных клубов; Флорбольные клубы и их традиции. Достижения отечественной сборной команды страны и российских клубов.	1		
12	Комплексы упражнений формирующие двигательные умения и навыки технических и тактических действий флорбиста: общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений. Подвижные игры с элементами флорбола.	1		
13	Технические приемы и тактические действия во флорболе. Техника передвижения по игровой площадке полевого игрока во флорболе.	1		

14	Ведение мяча: различными способами дриблинга(с перекачиванием, способом «пятка-носок»); без отрыва мяча от крюка клюшки; ведение мяча толчками(ударами);ведение, прикрывая мяч корпусом; смешанный способ ведения мяча.	1		
15	Приём: приём мяча с уступающим движением крюка клюшки (в захват), приём без уступающего движения крюка клюшки (подставка клюшки), приём мяча корпусом и ногой, приём летного мяча клюшкой. Передача мяча: ударом, броском, верхом, по полу, неудобной стороной.	1		
16	Обводка и обыгрывание: оббеганием соперника, прокидкой или пробросом мяча, с помощью элементов дриблинга, при помощи обманных движений(финтов), отбор мяча (в момент приема и во время ведения): выбивание или вытаскивание. Перехват мяча: клюшкой, ногой, корпусом. Игра в флорбол по упрощенным правилам.	1		
17	Техника игры вратаря: 1. Стойка (высокая, средняя, низкая); 2) элементы техники перемещения (приставными шагами, стоя на коленях; на коленях толчком одной или двумя руками от пола; смешанный тип. 3)элементы техники противодействия и овладения мячом (парирование-отбивание мяча ногой, рукой, туловищем, головой; ловля-одной, двумя руками, накрывание.); 4) элементы техники нападения (передача мяча рукой). Игра в флорбол.	1		
18-19	Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом и без мяча (открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля групповые взаимодействия и комбинации.(в парах, тройках, группах)расположение и взаимодействие игроков при розыгрышах стандартных ситуаций в атаке (спорный мяч, свободный удар, ввод мяча в игру). Игра в флорбол.	2		
20	Техника защиты: индивидуальные и групповые взаимодействия в обороне. Игра в флорбол.	1		
	4. Настольный теннис	10		
21	Инструктаж по Т.Б. История развития настольного тенниса, и его роль в современном обществе. Оборудование и спортивный инвентарь для настольного тенниса.	1		
22	Выбор ракетки и способы держания. Поддача (верхняя, нижняя, боковая, со смешанным вращением). Игра «не дай мячу скатиться, «пройди с мячом», «балансирование с мячом».	1		

23	Хват ракетки (жесткий, мягкий, «пером»); игры «с ракетки на ракетку»; Поддачи: короткие и длинные. Игра в настольный теннис у стола.	1		
24	Хват ракетки («малые клещи», «большие клещи». Поддача накатом, удары слева, справа. Игры с элементами игры в настольный теннис «Мяч от стены на ракетку».	1		
25	Удары по мячу накатом. Эстафеты с элементами игры в настольный теннис. Игра в настольный теннис.	1	Февраль - май	
26	Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок. Игра «Мяч от стены на ракетку». игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
27	Игра в ближних и дальних зонах. Основные положения теннисиста. Игра в настольный теннис.	1		
28	Способы перемещения (шаги, прыжки, выпады, броски. Одношажные двушажные перемещения, тактика одиночных игр. Игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
29	Основные тактические комбинации. Игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
30	Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность. Игра у стола. Игровые комбинации.	1		
	5. Гандбол	4		
31	Инструктаж по Т.Б. Стойка гандболиста. Передвижения по прямой, с изменением направления и скорости, спиной вперед.	1		
32	Стойка гандболиста. Передвижения по прямой, с изменением направления и скорости, спиной вперед.	1		
33-34	Резервные уроки.	2	май	

**Календарно-тематическое планирование
«Спортивные игры» для 8 классов.**

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения	
			по	фактически
			плану	
	1.основы знаний	(в процессе занятий)	Сентябрь-ноябрь	
	2. Тэг-рэгби	10		
1	Тэг-рэгби. Инструктаж по Т.Б. История возникновения игры. Стойки игрока; перемещения в стойке. Ускорения, старты из различных положений.	1		
2	Стойки игрока; перемещения в стойке. Ускорения, старты из различных положений. Изменения направления движения.	1		
3	Шестиминутный бег. Техника ловли и передачи мяча. Подбор мяча.	1		
4	Техника выполнения передач. «Закрой игрока и перехвати передачу», «выполни заданное количество передач».	1		
5	Передача мяча стоя на месте и в движении(короткая и средняя передачи).Подвижные игры с мячом: «Перестрелка», «Салки с передачей мяча между водящими».	1		
6	Выполнение силовых упражнений методом силовой тренировки. Передача в крест. Игра в тэг-рэгби по упрощённым правилам.	1		
7	Забегание в атаке в парах и тройках. Подвижные игры с элементами тэг-рэгби.	1		
8	Техника выполнения смещения в игре в атаке, способ противостоять этому при игре в защите. Учебная игра в тэг-рэгби	1		
9	Линия защиты. Эстафеты с рэгбийным мячом. Учебная игра в тэг-рэгби.	1		
10	Проведение контрольных игр в тэг-рэгби.	1		
	3.Флорбол	10		
11	Инструктаж по Т.Б. История развития отечественных и зарубежных флорбольных клубов; Флорбольные клубы и их традиции. Достижения отечественной сборной команды страны и российских клубов.	1		
12	Комплексы упражнений формирующие двигательные умения и навыки технических и тактических действий флорбиста: общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений. Подвижные игры с элементами флорбола.	1		
13	Технические приемы и тактические действия во флорболе. Техника передвижения по игровой площадке полевого игрока во флорболе.	1		
14	Ведение мяча: различными способами	1		

	дриблинга(с перекатыванием, способом «пятка-носок»); без отрыва мяча от крюка клюшки; ведение мяча толчками (ударами); ведение, прикрывая мяч корпусом; смешанный способ ведения мяча.			
15	Приём: приём мяча с уступающим движением крюка клюшки (в захват), приём без уступающего движения крюка клюшки (подставка клюшки), приём мяча корпусом и ногой, приём летного мяча клюшкой. Передача мяча: ударом, броском, верхом, по полу, неудобной стороной.	1		
16	Обводка и обыгрывание: оббеганием соперника, прокидкой или пробросом мяча, с помощью элементов дриблинга, при помощи обманных движений(финтов), отбор мяча (в момент приема и во время ведения): выбивание или вытаскивание. Перехват мяча: клюшкой, ногой, корпусом. Игра в флорбол по упрощенным правилам.	1		
17	Техника игры вратаря: 1. Стойка (высокая, средняя, низкая); 2) элементы техники перемещения (приставными шагами, стоя на коленях; на коленях толчком одной или двумя руками от пола; смешанный тип. 3)элементы техники противодействия и овладения мячом (парирование-отбивание мяча ногой, рукой, туловищем, головой; ловля-одной, двумя руками, накрывание.); 4) элементы техники нападения (передача мяча рукой). Игра в флорбол.	1		
18-19	Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом и без мяча.(открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля групповые взаимодействия и комбинации.(в парах, тройках, группах)расположение и взаимодействие игроков при розыгрышах стандартных ситуаций в атаке (спорный мяч, свободный удар, ввод мяча в игру). игра в флорбол.	2		
20	Техника защиты: индивидуальные и групповые взаимодействия в обороне. Игра в флорбол.	1		
	4. Настольный теннис	10		
21	Инструктаж по Т.Б. История развития настольного тенниса, и его роль в современном обществе. Оборудование и спортивный инвентарь для настольного тенниса.	1		
22	Выбор ракетки и способы держания. Поддача (верхняя, нижняя, боковая, со смешанным вращением). Игра «не дай мячу скатиться, «пройди с мячом», «балансирование с мячом».	1		
23	Хват ракетки (жесткий, мягкий, «пером»); игры «с ракетки на ракетку»; Подачи: короткие и длинные. Игра в настольный теннис у стола.	1		
24	Хват ракетки («малые клещи», «большие клещи». Поддача накатом, удары слева, справа. Игры с элементами игры в настольный теннис «Мяч от стены на ракетку».	1		

25	Удары по мячу накатом. Эстафеты с элементами игры в настольный теннис. Игра в настольный теннис.	1	Февраль-май	
26	Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок. Игра «Мяч от стены на ракетку». игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
27	Игра в ближних и дальних зонах. Основные положения теннисиста. Игра в настольный теннис.	1		
28	Способы перемещения (шаги, прыжки, выпады, броски. Одношажные двушажные перемещения, тактика одиночных игр. Игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
29	Основные тактические комбинации. Игра в настольный теннис у стола. Игровые комбинации.	1		
30	Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность. Игра у стола. Игровые комбинации.	1		
	5. Гандбол	4		
31	Инструктаж по Т.Б. Стойка гандболиста. Передвижения по прямой, с изменением направления и скорости, спиной вперед.	1	май	
32	Стойка гандболиста. Передвижения по прямой, с изменением направления и скорости, спиной вперед.	1		
33-34	Резервные уроки.	2		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402761

Владелец Новокрещенова Татьяна Николаевна

Действителен с 14.01.2025 по 14.01.2026