

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа села Дубовое»  
Южно-Курильский район  
Сахалинской области**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

Е.А.Зачесова

\_\_\_\_\_ 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

А.С.Мокина

\_\_\_\_\_ 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Учебный курс по физической культуре**

**«Спортивные игры: играем все!»**

**7 класс**

**Срок реализации программы - 2023-2024 учебный год**

Составлена: учителем физической культуры Загребельной Д.И.

с. Дубовое  
2023 год

## Планируемые результаты освоения учебного курса.

1) формирование привычки к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой;

2) умение планировать самостоятельные занятия физической культурой и строить индивидуальные программы оздоровления и физического развития;

3) умение отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью с учетом индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

4) организацию самостоятельных систематических занятий физическими упражнениями с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;

5) умение оказывать первую помощь при травмах (например: извлечение и перемещение пострадавших, проведение иммобилизации с помощью подручных средств, выполнение осмотра пострадавшего на наличие наружных кровотечений и мероприятий по их остановке);

6) умение проводить мониторинг физического развития и физической подготовленности, наблюдение за динамикой развития своих физических качеств и двигательных способностей, оценивать состояние организма и определять тренирующее воздействие занятий физическими упражнениями, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;

7) умение выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений;

8) владение основами технических действий и приемами различных видов спорта, их использование в игровой и соревновательной деятельности;

9) умение повышать функциональные возможности систем организма при подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Достижение результатов освоения программы основного общего образования обеспечивается посредством включения в указанную программу предметных результатов освоения модулей учебного предмета «Физическая культура».

Организация вправе самостоятельно определять последовательность модулей и количество часов для освоения обучающимися модулей учебного предмета «Физическая культура» (с учетом возможностей материально-технической базы Организации и природно-климатических условий региона).

## Содержание учебного курса.

1. Волейбол
2. Баскетбол
3. Футбол

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>1</b>	<b>Волейбол</b>	<b>15</b>
<b>2</b>	<b>Баскетбол</b>	<b>12</b>
<b>3</b>	<b>Футбол</b>	<b>7</b>
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

**КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**Учебный курс по физической культуре «Спортивные игры: играем все!»**

**7 класс**

№ п\п	Наименование темы	Кол-во часов	Дата планируемая	Дата фактическая
*	<b>Волейбол</b>	<b>15</b>		
1	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике выполнения верхней прямой подачи мяча через сетку.	1		
2	Верхняя прямая подача мяча.	1		
3	Верхняя прямая подача мяча.	1		
4	Верхняя прямая подача мяча.	1		
5	Перевод мяча через сетку.	1		
6	Перевод мяча через сетку.	1		
7	Перевод мяча через сетку.	1		
8	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Дальнейшее закрепление техники и продолжение развития координационных способностей.	1		
9	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Дальнейшее закрепление техники и продолжение развития координационных способностей.	1		
10	Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей. Дальнейшее закрепление техники и продолжение развития координационных способностей.	1		
11	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Процесс совершенствования психомоторных способностей.	1		
12	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Процесс совершенствования психомоторных	1		

	способностей.			
13	Спортивная игра волейбол.	1		
14	Спортивная игра волейбол.	1		
15	Спортивная игра волейбол.	1		
	<b>Баскетбол</b>	<b>12</b>		
16	Инструктаж по Т.Б. Основные приемы игры. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1		
17	Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей. Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.	1		
18	Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей. Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.	1		
19	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1		
20	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1		
21	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1		
22	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.	1		
23	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.	1		
24	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.	1		
25	Спортивная игра баскетбол.	1		
26	Спортивная игра баскетбол.	1		
27	Спортивная игра баскетбол.	1		
	<b>Футбол</b>	<b>7</b>		
28	Техника передачи футбольного мяча с разбега.	1		
29	Техника передачи футбольного мяча с разбега.	1		
30	Техника длинных и средних передач мяча с разбега.	1		

31	Техника длинных и средних передач мяча с разбега.	1		
32	Спортивная игра футбол.	1		
33	Спортивная игра футбол.	1		
34	Спортивная игра футбол.	1		
	Итого	<b>34</b>		