

**Кружковая работа по физкультуре**  
**Футбол – 1 четверть**

№ п/п	Тема занятия	план	факт
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.		
2	История возникновения и развития футбола. Изучение правил игры		
3	Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста		
4	Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.		
5	Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении.		
6	Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полуплета.		
7	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.		
8	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.		
9	ОФП.		
10	СФП		
11	Обучение и совершенствование техники остановки мяча.		
12	Обучение и совершенствование техники ведения мяча.		
13	Обучение и совершенствование техники обманных движений.		
14	СФП		
15	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.		
16	Учебная игра.		
17	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и неведущей ногой.		
18	Судейская практика		
19	Подвижные игры с элементами футбола.		
20	Обучение и совершенствование техники отбора мяча.		
21	Обучение и совершенствование техники вбрасывания мяча.		
22	ОФП.		
23	Обучение и совершенствование техники игры вратаря.		
24	Обучение техники нападения и выхода игрока на свободную позицию.		
25	Обучение и совершенствование техники игры без мяча.		
26	СФП.		
27	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.		
28	Обучение и совершенствование техники отбора мяча посредством согласованных действий игроков.		
29	Обучение и совершенствование техники выполнения стандартных положений.		
30	Обучение и совершенствование техники взаимодействий вратаря с		

	полевыми игроками.		
31	Обучение тактическим действиям в защите.		
32	Развиваю Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.		
33	Обучение и совершенствование техники позиционного нападения.		
34	Обучение и совершенствование техники защиты.		
35	Учебная игра с разбором допущенных ошибок.		
36	Итоговое занятие.		

## 2 четверть «Волейбол»

№ занятия	Тема занятия	Дата проведения	
		По факту	По плану
1	1. Физическая подготовка. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение верхней передаче мяча двумя руками. 4. Т.б на занятиях волейбола		
2	1. Физическая подготовка. 2. Обучение перемещениям волейболиста. 3. Обучение верхней передаче мяча двумя руками.		
3	1. Развитие быстроты перемещения. 2. Обучение верхней передаче. 3. Обучение нижней прямой подаче.		
4	1. Обучение верхним передачам в средней и низкой стойках и после перемещения. 2. Обучение нижней прямой подаче.		
5	1. Обучение верхней передаче после перемещений. 2. Обучение нижней прямой подаче. 3. Изучение тактики первых и вторых передач.		
6	1. Обучение приему мяча с подачи. 2. Обучение верхней передаче. 3. Обучение нижней подаче. 4. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.		
7	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча с подачи		
8	1. Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. 2. Обучение приему мяча сверху с подачи. 3. Тактика первых и вторых передач.		
9	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху. 2. Совершенствование навыков нижней прямой подачи.		
10	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 2. Совершенствование навыков подачи (на точность), 3, Физическая под-готовка.		
11	Теоретическое занятие. 1. Краткий обзор развития волейбола. Характеристика волейбола как средства физического воспитания молодежи. История возникновения волейбола.		
12	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков подачи.		
13	1. Скоростно-силовая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи.		
14	1. Совершенствование навыков перемещения. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней подачи и приема мяча с подачи.		
15	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками.		

16	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Тактика вторых передач.		
17	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.		
18	1. Физическая подготовка. 2. Ознакомление с техникой легкоатлетических упражнений.		
19	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 2. Ознакомление с прямым нападающим ударом.		
20	1. Прием и передача сверху. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.		
21	1. Физическая подготовка. 2. Ознакомление с техникой легкоатлетических движений.		
22	1. Совершенствование навыка верхней передачи. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение прямому нападающему удару.		
23	1. Верхние передачи. 2. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 3. Обучение 'прямому нападающему удару.		
24	1. Обучение приему мяча снизу двумя руками. 2. Обучение прямому нападающему удару. 3. Обучение верхней прямой подаче.		
25	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому нападающему удару.		
26	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками и второй передачи. 2. Обучение верхней прямой подаче. 3. Обучение прямому нападающему удару. 4. Ознакомление с передачей мяча в прыжке.		
27	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Совершенствование навыков верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		
28	1. Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. 2. Обучение приему мяча сверху двумя руками с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину, 3. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.		
29	Теоретическое занятие 1. Физическая культура и спорт в КР. Понятие о физической культуре и спорте. 3. Волейбол, как Олимпийский вид спорта. Достижения Кыргызстанских спортсменов.		
30	1. Обучение верхней передаче мяча назад. 2. Обучение приему мяча сверху с падением и перекатом на бедро и спину. 3. Совершенствование навыков приема мяча от верхней прямой подачи. 4. Совершенствование навыка прямого нападающего удара.		
31	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение приему мяча сверху с последующим падением. 3. Совершенствование навыков верхней прямой подачи.		
32	1. Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. 2. Обучение приему мяча сверху с падением и перекатом в сторону на бедро и спину. 3. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. 4. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении		
33	1. Обучение защитным действиям. 2. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. 3. Совершенствование навыков нападающего удара.		
34	Обобщающее занятие: 1. Совершенствование верхней и нижней передачи мяча. 2. Учебная игра.		

### 3 четверть «Баскетбол»

№	Название темы	Дата по факту	Дата по плану
1.	Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП		
2.	История развития баскетбола. Прыжки с толчком с двух ног.		
3.	Техника передвижения приставными шагами.		
4.	Передача мяча двумя руками от груди.		
5.	Техника передвижения при нападении		
6.	Способы ловли мяча.		
7.	Личная и общественная гигиена. Выбор способа ловли мяча в зависимости от направления и силы полета мяча.		
8.	Бросок мяча двумя руками от груди.		
9.	Физическая подготовка юного спортсмена. СФП		
10.	Взаимодействие трех игроков «треугольник».		
11.	Техника ведения мяча.		
12.	Ведение мяча с переводом на другую руку.		
13.	Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи».		
14.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.		
15.	Ловля двумя руками «низкого мяча».		
16.	Ведение мяча с высоким и низким отскоком.		
17.	Закаливание организма спортсмена. Учебная игра.		
18.	Контрольные испытания.		
19.	Командные действия в нападении.		
20.	Ведение мяча с изменением скорости передвижения.		
21.	Гигиенические требования к питанию юных спортсменов. ОФП		
22.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.		
23.	Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. СФП		
24.	Систематический врачебный контроль за юными спортсменами как основа достижений в спорте. ОФП		
25.	Командные действия в нападении.		
26.	Выбор места по отношению к нападающему с мячом. Противодействие выходу на свободное место для получения мяча.		
27.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.		
28.	Воспитание нравственных и волевых качеств личности юного спортсмена. Психологическая подготовка в процессе тренировки		
29.	Индивидуальные действия при нападении.		
30.	Самоконтроль в процессе занятий спортом. СФП		
31.	Бросок мяча одной рукой от плеча.		
32.	Выбор способа передачи в зависимости от расстояния.		
33.	Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра.		
34.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».		
35.	Методы спортивной тренировки. ОФП.		
36	Совершенствование техники передачи мяча.		
36.	Совершенствование техники передачи мяча.		

37.	Техническая подготовка юного спортсмена.		
38.	Тактика защиты.		
39.	Стойка защитника с выставленной ногой вперед.		
40.	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.		
41.	Действия одного защитника против двух нападающих.		
42.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.		
43.	Ведение мяча с изменением направления с обводкой препятствия.		
44.	Применение изученных способов ловли, передач, ведения, бросков мяча в зависимости от ситуации на площадке.		
45.	Совершенствование техники ведения, ловли и передачи мяча.		
46.	Взаимодействие двух игроков «подстраховка».		
47.	Выбор места по отношению к нападающему с мячом.		
48.	Переключение от действий в нападении к действиям в защите.		
49.	Тактическая подготовка юного спортсмена. Учебная игра.		
50.	Защитные стойки.		
51.	Защитные передвижения.		
52.	Применение защитных стоек и передвижений в зависимости от действий и расположения нападающих.		
53.	Выбор места и способа противодействия нападающему без мяча в зависимости от местонахождения мяча.		
54.	Чередование упражнений на развитие физических качеств применительно к изучению технических приемов.		
55.	Ведение мяча с изменением высоты отскока.		
56.	Правила игры и методика судейства. Учебная игра.		
57.	Организация командных действий.		
58.	Бросок мяча одной рукой сверху.		
59.	Передвижения в защитной стойке назад, вперед и в сторону.		
60.	Техника овладения мячом.		
61.	Техника броска мяча одной рукой от плеча.		
62.	Совершенствование техники ведения мяча.		
63.	Контрольные испытания. СФП		
64.	Многократное выполнение технических приемов и тактических действий.		
65.	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях		
66.	Чередование изученных технических приемов их способов в различных сочетаниях		
67.	СФП		
68.	Учебная игра.		
69.	Учебная игра.		
70.	Итоги прошедшего спортивного года.		