**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение**

**Вагайская средняя общеобразовательная школа**

**Рабочая программа**

**внеурочной деятельности**

**«Старт»**

**1-4 класс**

Составитель: Речапов Накип Альбертович

2018 г.

Содержание

|  |  |
| --- | --- |
| Пояснительная записка  | 3 |
| Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Олимпиец» | 5 |
| Содержание курса внеурочной деятельности «Олимпиец» с указанием форм организации и видов деятельности  | 12 |
| Тематическое планирование  | 23 |

**Пояснительная записка**

 Внеурочная деятельность учащихся общеобразовательных организаций объединяет все виды деятельности школьников, в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитание и социализации.

 Согласно учебному плану школы организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательных отношений в школе. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию родителей (законных представителей) и учащихся. В учебном плане в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено спортивно-оздоровительное направление.

Рабочая программа по спортивно-оздоровительному направлению предназначена для организации и реализации внеурочной деятельности в школе по физическому воспитанию. В процессе обучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, приобщение к здоровому образу жизни, приобретению привычки заниматься физическим трудом. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувства коллективизма, волю, целеустремлённость.

Рабочая программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в школе. Благодаря этому учащиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие рабочую программу, смогут участвовать в соревнованиях по различным спортивным играм: баскетболу, волейболу, футболу. Практическое выполнение рабочей программы предполагает выполнение учащимися конкретных видов УУД: контрольных или проверочных работ (включая тесты, графические проверочные работы). В рабочей программе учитывается взаимосвязь репродуктивной и проблемной формы обучения, коллективной и самостоятельной работы. Особое место в овладении данным курсом отводится практической работе. При изучении курса для учащихся предусмотрены большие возможности для самостоятельной работы. Спортивные игры направлены на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально – волевых качеств. Рабочая программа предусматривает подготовку к реализации норм ГТО (Готов к Труду и Обороне).

 Цель рабочей программы: содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей. Углублённое изучение спортивных игр.

Основными задачами рабочей программы являются:

- укрепление здоровья;

- содействие правильному физическому развитию;

- приобретение необходимых теоретических знаний;

- овладение основными приёмами техники и тактики игр;

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;

- привитие учащимся организаторских навыков;

- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников к спортивным играм.

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**«Олимпиец»**

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета. Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной деятельностью), накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижении личностно-значимых результатов в физическом совершенстве.

Результаты обучения:

Знать/ понимать:

 - роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;

- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;

- способы закаливания организма и основные приёмы самомассажа.

Уметь:

 - составлять и выполнять комплексы упражнений и корригирующей гимнастики с учётом индивидуальных особенностей организма;

 - выполнять акробатические, гимнастические, лёгкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;

 - выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств (лечебной) физической культуры с учётом состояния и физической подготовленности;

- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режима физической нагрузки;

- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;

 - осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта;

 - проведение самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;

 - включение занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

 Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно – практической деятельности. Приобретённые на базе освоения содержания курса, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся. Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

 Общеучебные умения, навыки и способы деятельности.

 Рабочая программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетным для учебного курса на уровне основного общего образования являются:

 В области познавательной культуры:

 - понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;

- понимание средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

 В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

 В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;

- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе деятельности.

 В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;

- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;

- восприятие спортивного соревнования как культурно – массового зрелищного мероприятия, проявления адекватных норм поведения, неантагонестических способов общения и взаимодействия.

 В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника.

 В области физической культуры:

 - владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой и содержательного наполнения;

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений низ базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

 Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного курса. Опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий. Результаты проявляются в разных областях культуры:

 В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

- знания основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактики вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

 В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;

- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

 В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объёме;

- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально - прикладной и физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

 В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями;

 В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

-- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;

- способности осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

 В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Огромную важность в непрерывном образовании личности приобретают вопросы развития двигательной активности учащихся, развития скоростно-силовых и координационных способностей учащихся.

**Содержание курса внеурочной деятельности «Олимпиец» с указанием форм организации и видов деятельности**

Материал рабочей программы даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игр.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития спортивных игр, правила соревнований.

В разделе «Общая и физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приёмам игры.

В конце обучения, учащиеся должны знать правила игр и принимать участие в соревнованиях. Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения:

Большие возможности для учебно–воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия строятся так, чтобы обучающиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно–тренировочных занятий по 1 часу в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно–тренировочных занятий. Для повышения интереса занимающихся к занятиям спортивными играми и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;

- игровой;

- соревновательный;

- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом и по частям.

Игровой и соревновательный методы применяется после того, как у учащихся сформировались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальные; фронтальные; групповые; поточные.

**5 класс**

**Основы знаний**

История возникновения баскетбола. Развитие баскетбола.

Правила мини – баскетбола.

История возникновения волейбола.

**Специальная подготовка техническая и тактическая игры в баскетбол:**

Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперёд, лицом. Перемещение в стойке боком, спиной вперёд, лицом.

Ведение мяча правой, левой рукой. Ведение мяча с разной высоты отскока. Ведение с пассивным сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Ловля и передача мяча в тройках в движении.

Передача одной рукой от плеча, двумя-от груди, с отскоком от пола. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения.

Бросок мяча после остановки. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Штрафной бросок.

Вырывание и выбивание мяча. Защитные действия 1х1. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции.

Тактика свободного нападения. Позиционное нападение(5:0) без смены мест.

Позиционное нападение(5:0) без смены мест. Нападение быстрым прорывом (1:0). Нападение быстрым прорывом (2:1).

Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».

Личная защита (1:1). Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.

Игра по правилам.

**Специальная подготовка техническая и тактическая игры в волейбол**

Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперёд, лицом.

Приём и передача мяча двумя руками снизу.

Верхняя прямая подача. Приём и передача мяча сверху двумя руками.

Передача мяча в прыжке. Игра по упрощённым правилам.

Прямой нападающий удар. Групповые и тактические действия.

Групповые и тактические действия. Подача мяча.

Приём мяча одной рукой с последующим перекатом в сторону. Верхняя подача мяча.

Передача мяча в прыжке. Игра по упрощённым правилам.

Игра по правилам.

Игра по правилам.

**Общефизическая подготовка**

Упражнения для развития физических способностей:Скоростных, силовых, выносливости.

Упражнения для развития физических способностей*:* Координационных, скоростно - силовых.

Упражнения для развития физических способностей: Координационных, скоростно - силовых.

Упражнения на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивание.

Кувырки вперёд, назад, в стороны. Стойка на голове, стойка на руках.

Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м.

Пробегание отрезков 40, 60м. Кросс 500- 2000м.

Опорные и простые прыжки с мостика. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении.

**Соревнования:**

Контрольные игры. Организация и проведение соревнований. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.

Игра в баскетбол. Разбор ошибок.

Игра в волейбол. Разбор ошибок.

**6 класс**

**Основы знаний.**

 Жесты судей игры в баскетбол.

 Правила игры в волейбол.

**Специальная подготовка техническая и тактическая игры в баскетбол**

Повороты без мяча и с мячом. Совершенствование стойки игрока.

Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении.

Скрытые передачи. Передача со сменой мест в движении.

Передача мяча с активным и пассивным сопротивлением защитника.

Бросок мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения.

Перехват мяча. Вырывание и выбивание мяча.

Защитные действия(1:1; 1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча.

Защитные действия(1:1; 1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча.

Позиционное нападение 5:0 со сменой мест. Позиционное нападение в игровых взаимодействиях.

Игра в баскетбол.

Игра в баскетбол.

Игра в баскетбол.

**Специальная подготовка техническая и тактическая игры в волейбол**

Понятие об обучении и тренировке в волейболе. Нижняя прямая, боковая подачи на точность.

Стартовая стойка (исходные положения) в сочетании с перемещениями. Перемещение приставными шагами спиной вперёд. Приём мяча сверху двумя руками.

Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6,1,5 и первая передача в зоны 3,2.

Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,2.

Чередование способов подач на точность. В ближнюю, дальнюю половины площадки. Выбор способа отбивания мяча через сетку.

Выбор места для выполнения второй передачи в зонах 3,2 для нападающего удара (прямого сильнейшей рукой в зонах 4 и 2).

Выбор способа отбивания мяча через сетку передачей сверху двумя руками, кулаком (стоя на площадке в прыжке).

Выбор способа отбивания мяча через сетку передачей сверху двумя руками, кулаком (стоя на площадке в прыжке).

Игра по правилам.

Игра по правилам.

Игра по правилам.

**Общефизическая подготовка**

Бег с ускорением до 20 м. Бег с остановками и с резким изменением направления движения.

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах.

Челночный бег на 5 и 10м.Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперёд, а обратно- спиной.

Прыжки на одной и обеих ногах с преодолением препятствий. Прыжки со скакалкой.

Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке.

**Соревнования**

Контрольные игры. Организация и проведение соревнований. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.

Игра в баскетбол. Разбор ошибок.

Игра в волейбол. Разбор ошибок.

**7 класс**

**Основы знаний**

Правила игры. Жесты судей.

Участие в судействе соревнований.

**Специальная подготовка техническая и тактическая игры в баскетбол**

Совершенствование поворотов без мяча и с мячом. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с разной высотой отскока, с изменением направления, с активным сопротивлением противника.

Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Ловля высоко летящих мячей. Ловля после отскока от щита.

Передача мяча со сменой мест в движении. Передача мяча с активным сопротивлением защитника.

Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок одной рукой со средней и дальней дистанции в прыжке. Штрафной бросок.

Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.

Нападение быстрым прорывом (1:0; 2:1). Взаимодействие двух игроков.

Взаимодействие двух игроков в защите и нападении через заслон. Позиционная игра против зонной защиты. Двусторонняяя игра.

Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Борьба за отскок от щита.

Игра по правилам.

Игра по правилам.

Игра по правилам.

**Специальная подготовка техническая и тактическая игры в волейбол**

Состав команды. Расстановка и переход игроков. Начало игры и подачи.

Удары по мячу. Игра двоих. Переход средней линии.

Сочетани6е способов перемещений и стоек с техническими приёмами.

Передача сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара.

Передача сверху двумя руками к сетке, стоя спиной по направлению. Передача сверху двумя руками в прыжке вперёд-вверх.

Подача мяча верхняя прямая. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач.

Падения и перекаты после падения. Сочетание способов перемещений с остановками и стойками.

Выбор места для выполнения второй передачи в зоне 2, стоя спиной по направлению для выполнения подачи верхней прямой.

Игра по правилам.

Игра по правилам.

Игра по правилам.

**Общефизическая подготовка**

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса.

Бег с ускорением до 40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60м.

Упражнения с набивными мячами. Броски двумя руками из-за головы с максимальным прогибанием при замахе.

Прыжки через скакалку с разной амплитудой.

Упражнения с предметами.

**Соревнования**

Контрольные игры. Организация и проведение соревнований. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.

Игра в баскетбол. Разбор ошибок.

Игра в волейбол. Разбор ошибок.

**8 класс**

**Основы знаний**

Судейство. Совершенствование правил игры.

**Специальная подготовка техническая и тактическая игры в баскетбол**

Совершенствование остановки двумя шагами и прыжком.

Ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение с изменением направления.

Ловля высоколетящих мячей. Ловля мяча после отскока от щита.

Скрытые передачи. Передача мяча со сменой мест в движении.

Бросок после остановки. Штрафной бросок.

Добивание мяча после отскока от щита. Бросок полукрюком, крюком.

Позиционная игра против зонной защиты.

Позиционная игра против зонной защиты.

Защитные действия против игрока с мячом и без мяча.

Игра по правилам(4ч).

**Специальная подготовка техническая и тактическая игры в волейбол**

Обязанности судей. Сочетание способов перемещений и стоек с техническими приёмами.

Нападающий удар. Блокирование.

Приём мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и с последующим падением и перекатом на бедро и спину.

Чередование способов подач. Вторая передача из зоны 3 игроку.

Одиночное и тройное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2.

Приём мяча от подач и первая передача в зону 3, вторая - игроку.

Выбор места при приёме нижней и верхней подач.

Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов.

Взаимодействие игроков при приёме и передачи мяча.

Игра по правилам.(4ч).

**Общефизическая подготовка**

Челночный бег на разную дистанцию.

Бег с ускорением.

Упражнения с предметами (гантели, эспандеры).

Кроссовый бег.

**Соревнования**

Контрольные игры. Организация и проведение соревнований. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.

Игра в баскетбол. Разбор ошибок.

Игра в волейбол. Разбор ошибок.

**Тематическое планирование** **5класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п.п | №урока | Дата урока | Тема урока | Элементы содержания | Требования к уровнюподготовки обучающихся | УУД | Личностные результаты |
|  |  |  | **Основы знаний 3 часа** |
| 1 | 1 |  | История развития баскетбола. | История развития игр. | Характеризовать спортивные игры. | Р: целеполагание-зарождение спортивных игр.П: общеучебные-использовать общие приёмы решения поставленных задач; кратко характеризовать Мифы и легенды зарождения игр.К:инициативное сотрудничество-ставить вопросы, обращаться за помощью. | Знать мифы и легенды о зарождении спортивных игр |
| 2 | 2 |  | Правила мини - баскетбола |
| 3 | 3 |  | История возникновения волейбола. |
| **Специальная подготовка техническая и тактическая игры в баскетбол 10 часов** |
| 4 | 1 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперёд, лицом. | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча. | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча. | Р:*целеполагание*– различать способ и результат действия; *прогнозирование*-предвосхищать результаты. П:*общеучебные* -ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К:*взаимодействие*-формулировать собственное мнение, слушать собеседника; *управление коммуникацией* – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников. | Освоить приёмы передвижения игрока. Организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками. |
| 5 | 2 |  | Перемещение в стойке боком, спиной вперёд, лицом. |
| 6 | 3 |  | Ведение мяча правой, левой рукой. Ведение мяча с разной высоты отскока. | Выполнение различных бросков. Штрафной бросок. Игра по упрощённым правилам.Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Правила игры в баскетбол. |  |  | Освоить приёмы броска мяча. |
| 7 | 4 |  | Ведение с пассивным сопротивлением защитника. Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Ловля и передача мяча в тройках в движении. |
| 8 | 5 |  | Передача одной рукой от плеча, двумя-от груди, с отскоком от пола. Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения. |
| 9 | 6 |  | Бросок мяча после остановки. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Штрафной бросок. |
| 10 | 7 |  | Вырывание и выбивание мяча. Защитные действия 1х1. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. |
| 11 | 8 |  | Тактика свободного нападения. Позиционное нападение(5:0) без смены мест.Позиционное нападение(5:0) без смены мест. Нападение быстрым прорывом (1:0). Нападение быстрым прорывом (2:1). |
| 12 | 9 |  | Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». |  | . |  |  |
| 13 | 10 |  | Личная защита (1:1). Двухсторонняя игра по упрощенным правилам.Игра по правилам. |
| **Специальная подготовка техническая и тактическая игры в волейбол 10 часов.** |
| 14 | 1 |  | Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперёд, лицом. | Ознакомление с техникой перемещений. Обучение технике прыжков, стоек, поворотов. Развитие координационных способностей при изучении стоек, перемещений, остановок, поворотов. | Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча. | Р:целеполагание- выполнять правила игры.П.: общеучебные-моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.К:взаимодействие- соблюдать правила безопасности.  | Описывать технику игровых действий и приемов волейбола. Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками. |
| 15 | 2 |  | Приём и передача мяча двумя руками снизу. |
| 16 | 3 |  | Верхняя прямая подача. Приём и передача мяча сверху двумя руками. |
| 17 | 4 |  | Передача мяча в прыжке. Игра по упрощённым правилам. |
| 18 | 5 |  | Прямой нападающий удар. Групповые и тактические действия. |
| 19 | 6 |  | Групповые и тактические действия. Подача мяча. |
| 20 | 7 |  | Приём мяча одной рукой с последующим перекатом в сторону. Верхняя подача мяча. |
| 21 | 8 |  | Передача мяча в прыжке. Игра по упрощённым правилам. |
| 22 | 9 |  | Игра по правилам. |  |  |
| 23 | 10 |  | Игра по правилам. |
| **Общефизическая подготовка 8 часов** |
| 24 | 1 |  | Упражнения для развития физических способностей:Скоростных, силовых, выносливости. | Организовывать и проводить самостоятельные занятия физической подготовкой. Выполнять нормативы физической подготовки. | Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход. | Р:целеполагание-– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. П:общеучебные – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. К:взаимодействие – строить для партнера понятные высказывания. | Оценивать свои силовые способности |
| 25 | 2 |  | Упражнения для развития физических способностей*:* Координационных, скоростно - силовых. |
| 26 | 3 |  | Упражнения для развития физических способностей: Координационных, скоростно - силовых. |
| 27 | 4 |  | Упражнения на гимнастических снарядах: висы, подтягивание, размахивание. |
| 28 | 5 |  | Кувырки вперёд, назад, в стороны. Стойка на голове, стойка на руках.  | Преодолевать трудности и проявлять волевые качества.Развитие выносливости. | Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход. | Р:целеполагание– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П:общеучебные– получать и обрабатывать информацию; ставить и формулировать проблемы. К:взаимодействие-формулировать собственное мнение и позицию. | Освоение ОРУ. |
| 29 | 6 |  |  Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 15 м. |
| 30 | 7 |  | Пробегание отрезков 40, 60м. Кросс 500- 2000м. |
| 31 | 8 |  | Опорные и простые прыжки с мостика. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх. Метание мячей в движущуюся цель с места и в движении |
| **Соревнования 4 часа** |
| 32-35 | 1-4 |  | Контрольные игры. Организация и проведение соревнований. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.Игра в баскетбол. Разбор ошибок.Игра в волейбол. Разбор ошибок. | Знать правила игр. Выполнять судейство. | Выполнять судейство. | Р:целеполагание– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П:общеучебные– получать и обрабатывать информацию; ставить и формулировать проблемы. К:взаимодействие-формулировать собственное мнение и позицию. | Освоение судейства по выбранной спортивной игре. Помощь товарищам в освоение правил и техники игры. |

**6 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п.п | №урока | Дата урока | Тема урока | Элементы содержания | Требования к уровнюподготовки обучающихся | УУД | Личностные результаты |
|  |  |  | **Основы знаний 2 часа** |
| 1 | 1 |  | Жесты судей игры в баскетбол. | Правила и жесты судьи | Знать правила игры в волейбол и баскетбол. | Р: целеполагание- правила спортивных игр.П:общеучебные-использовать общие приёмы решения поставленных задач; К:инициативное сотрудничество-ставить вопросы, обращаться за помощью. | Знать правила и жесты судьи. |
| 2 | 2 |  | Правила игры в волейбол. |
| **Специальная подготовка техническая и тактическая игры в баскетбол 12 часов** |
| 3 | 1 |  | Повороты без мяча и с мячом. Совершенствование стойки игрока. | Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Правила игры в баскетбол.Выполнение различных бросков. Штрафной бросок. Игра по упрощённым правилам.Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Правила игры в баскетбол. | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча. |  Р:*целеполагание*– различать способ и результат действия; *прогнозирование*-предвосхищать результаты.  | Освоить приемы передвижения игрока. Организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками. |
| 4 | 2 |  | Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. |
| 5 | 3 |  | Скрытые передачи. Передача со сменой мест в движении. |
| 6 | 4 |  | Передача мяча с активным и пассивным сопротивлением защитника. |
| 7 | 5 |  | Бросок мяча после ведения два шага. Бросок мяча после ловли и ведения. |
| 8 | 6 |  | Перехват мяча. Вырывание и выбивание мяча. |
| 9 | 7 |  | Защитные действия(1:1; 1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. |
| 10 | 8 |  | Защитные действия(1:1; 1:2). Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. |
| 11 | 9 |  | Позиционное нападение 5:0 со сменой мест. Позиционное нападение в игровых взаимодействиях. | . |  |  |
| 12 | 10 |  | Игра в баскетбол. |
| 13 | 11 |  | Игра в баскетбол. |
| 14 | 12 |  | Игра в баскетбол. |
| **Специальная подготовка техническая и тактическая игры в волейбол 12 часов** |
| 15 | 1 |  | Понятие об обучении и тренировке в волейболе. Нижняя прямая, боковая подачи на точность. | Ознакомление с техникой перемещений. Обучение технике прыжков, стоек, поворотов. Развитие координационных способностей при изучении стоек, перемещений, остановок, поворотов. | Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча. | Р:целеполагание- выполнять правила игры.П.: общеучебные-моделировать технику игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий.К:взаимодействие- соблюдать правила безопасности.  | Описывать технику игровых действий и приемов волейбола. Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками. |
| 16 | 2 |  | Стартовая стойка (исходные положения)в сочетании с перемещениями. |
| 17 | 3 |  | Перемещение приставными шагами спиной вперёд. Приём мяча сверху двумя руками. |
| 18 | 4 |  | Приём мяча снизу двумя руками с подачи в зонах 6,1,5 и первая передача в зоны 3,2. |
| 19 | 5 |  | Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,2. |
| 20 | 6 |  | Чередование способов подач на точность. В ближнюю, дальнюю половины площадки. Выбор способа отбивания мяча через сетку. |
| 21 | 7 |  | Выбор места для выполнения второй передачи в зонах 3,2 для нападающего удара (прямого сильнейшей рукой в зонах 4 и 2). |
| 22 | 8 |  | Выбор способа отбивания мяча через сетку передачей сверху двумя руками, кулаком (стоя на площадке в прыжке). |
| 23 | 9 |  | Выбор способа отбивания мяча через сетку передачей сверху двумя руками, кулаком (стоя на площадке в прыжке). |
| 24 | 10 |  | Игра по правилам. |  |  |
| 25 | 11 |  | Игра по правилам. |  |  |
| 26 | 12 |  | Игра по правилам. |
| **Общефизическая подготовка 5 часов** |
| 27 | 1 |  | Бег с ускорением до 20 м. Бег с остановками и с резким изменением направления движения. | Организовывать и проводить самостоятельные занятия физической подготовкой. Выполнять нормативы физической подготовки и ГТО. | Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход. | Р:целеполагание-– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. П:общеучебные – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. К:взаимодействие – строить для партнера понятные высказывания. | Оценивать свои силовые способности |
| 28 | 2 |  | Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах. |
| 29 | 3 |  | Челночный бег на 5 и 10м.Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперёд, а обратно- спиной. |
| 30 | 4 |  | Прыжки на одной и обеих ногах с преодолением препятствий. Прыжки со скакалкой. |
| 31 | 5 |  | Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке | Преодолевать трудности и проявлять волевые качества. Развитие выносливости. | Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход. | Р:целеполагание– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П:общеучебные– получать и обрабатывать информацию; ставить и формулировать проблемы. К:взаимодействие-формулировать собственное мнение и позицию. | Освоение ОРУ. |
| **Соревнования 4 часа** |
| 32-35 | 1-4 |  | Контрольные игры. Организация и проведение соревнований. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.Игра в баскетбол. Разбор ошибок.Игра в волейбол. Разбор ошибок. | Знать правила игр. Выполнять судейство. | Выполнять судейство. | Р:целеполагание– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П:общеучебные– получать и обрабатывать информацию; ставить и формулировать проблемы. К:взаимодействие-формулировать собственное мнение и позицию. | Освоение судейства по выбранной спортивной игре. Видеть свои ошибки и ошибки товарищей. |

**7 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п.п | №урока | Дата урока | Тема урока | Элементы содержания | Требования к уровнюподготовки обучающихся | УУД | Личностные результаты |
|  |  |  | **Основы знаний 2 часа** |
| 1 | 1 |  | Правила игры. Жесты судей. | Знать жесты судей. | Знать правила игры. | Р: целеполагание правила спортивных игр.П:общеучебные-использовать общие приёмы решения поставленных задач.К:инициативное сотрудничество-ставить вопросы, обращаться за помощью. | Знать правила спортивных игр  |
| 2 | 2 |  | Участие в судействе соревнований. |
| **Специальная подготовка техническая и тактическая игры в баскетбол 12часов** |
| 3 | 1 |  | Совершенствование поворотов без мяча и с мячом. Ведение мяча правой и левой рукой. Ведение мяча с разной высотой отскока, с изменением направления, с активным сопротивлением противника. | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча. | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча. | Р:*целеполагание*– различать способ и результат действия; *прогнозирование*-предвосхищать результаты. П:*общеучебные* -ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К:*взаимодействие*-формулировать собственное мнение, слушать собеседника; *управление коммуникацией* – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников. | Освоить приёмы передвижения игрока. Организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками. |
| 4 | 2 |  | Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении. Ловля высоко летящих мячей. Ловля после отскока от щита. |
| 5 | 3 |  | Передача мяча со сменой мест в движении. Передача мяча с активным сопротивлением защитника. | Выполнение различных бросков. Штрафной бросок. Игра по упрощённым правилам.Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Правила игры в баскетбол. |  |  | Освоить приёмы броска мяча. |
| 6 | 4 |  | Бросок мяча одной рукой от плеча с места и в движении. Бросок мяча после ведения два шага. Бросок одной рукой со средней и дальней дистанции в прыжке. Штрафной бросок. |
| 7 | 5 |  | Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. |
| 8 | 6 |  | Нападение быстрым прорывом (1:0; 2:1). Взаимодействие двух игроков. |
| 9 | 7 |  | Взаимодействие двух игроков в защите и нападении через заслон. |
| 10 | 8 |  | Позиционная игра против зонной защиты. Двусторонняяя игра. |
| 11 | 9 |  | Защитные действия против игрока с мячом и без мяча. Борьба за отскок от щита |  | . |  |  |
| 12 | 10 |  | Игра по правилам. |
| 13 | 11 |  | Игра по правилам. |  |  |  |  |
| 14 | 12 |  | Игра по правилам. |  |  |  |  |
| **Специальная подготовка техническая и тактическая игры в волейбол 12часов** |
| 15 | 1 |  | Состав команды. Расстановка и переход игроков. Начало игры и подачи. | Ознакомление с техникой перемещений. Обучение технике прыжков, стоек, поворотов. Развитие координационных способностей при изучении стоек, перемещений, остановок, поворотов. | Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча. |  Р:целеполагание- выполнять правила игры.П.: общеучебные-моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.К:взаимодействие- соблюдать правила безопасности.  | Описывать технику игровых действий и приемов волейбола. Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками. |
| 16 | 2 |  | Удары по мячу. Игра двоих. Переход средней линии. |
| 17 | 3 |  | Сочетани6е способов перемещений и стоек с техническими приёмами. |
| 18 | 4 |  | Передача сверху двумя руками из глубины площадки для нападающего удара. |
| 19 | 5 |  | Передача сверху двумя руками к сетке, стоя спиной по направлению. |
| 20 | 6 |  | Передача сверху двумя руками в прыжке вперёд-вверх. |
| 21 | 7 |  | Подача мяча верхняя прямая. Нападающий удар из зон 4,3,2 с высоких и средних передач. |
| 22 | 8 |  | Падения и перекаты после падения. Сочетание способов перемещений с остановками и стойками. |
| 23 | 9 |  | Выбор места для выполнения второй передачи в зоне 2, стоя спиной по направлению для выполнения подачи верхней прямой. | Ознакомление с техникой перемещений. Обучение технике игры. |  |
| 24 | 10 |  | Игра по правилам. |  |  |
| 25 | 11 |  | Игра по правилам. |
| 26 | 12 |  | Игра по правилам. |
| **Общефизическая подготовка 5 часов** |  |  |  |  |
| 27 | 1 |  | Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. | Организовывать и проводить самостоятельные занятия физической подготовкой. Выполнять нормативы физической подготовки, норм ГТО. | Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход. | Р:целеполагание-– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. П:общеучебные – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. К:взаимодействие – строить для партнера понятные высказывания. | Оценивать свои силовые способности |
| 28 | 2 |  | Бег с ускорением до 40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60м. |
| 29 | 3 |  | Упражнения с набивными мячами. Броски двумя руками из-за головы с максимальным прогибанием при замахе. |
| 30 | 4 |  | Прыжки через скакалку с разной амплитудой. |
| 31 | 5 |  | Упражнения с предметами. | Преодолевать трудности и проявлять волевые качества. Развитие выносливости. | Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход. | Р:целеполагание– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П:общеучебные– получать и обрабатывать информацию; ставить и формулировать проблемы. К:взаимодействие-формулировать собственное мнение и позицию. | Освоение ОРУ. |
| **Соревнования 4 часа.** |
| 32-35 | 1-4 |  | Контрольные игры. Организация и проведение соревнований. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.Игра в баскетбол. Разбор ошибок.Игра в волейбол. Разбор ошибок. | Знать правила игр. Выполнять судейство. | Выполнять судейство. | Р:целеполагание– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П:общеучебные– получать и обрабатывать информацию; ставить и формулировать проблемы. К:взаимодействие-формулировать собственное мнение и позицию. | Освоение судейства по выбранной спортивной игре. Помощь товарищам в освоение правил и техники игры. |

**8 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №пп | №урока | Дата урока | Тема урока | Элементы содержания | Требования к уровнюподготовки обучающихся | УУД | Личностные результаты |
|  |  |  | **Основы знаний 1 час.** |
| 1 | 1 |  | Судейство. Совершенствование правил игры. | Знание правил игр. | Характеризовать спортивные игры.. | Р: целеполагание-зарождение спортивных игр .П:общеучебные-использовать общие приёмы решения поставленных задач. К:инициативное сотрудничество-ставить вопросы, обращаться за помощью. | Знать правила спортивных игр. |
| **Специальная подготовка техническая и тактическая игры в баскетбол 13 часов.** |
| 2 | 1 |  | Совершенствование остановки двумя шагами и прыжком. | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча. | Уметь выполнять различные варианты передачи мяча. | Р:*целеполагание*– различать способ и результат действия; *прогнозирование*-предвосхищать результаты. П:*общеучебные* -ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К:*взаимодействие*-формулировать собственное мнение, слушать собеседника; *управление коммуникацией* – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников. | Освоить приёмы передвижения игрока. Организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками. |
| 3 | 2 |  | Ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение с изменением направления. |
| 4 | 3 |  | Ловля высоколетящих мячей. Ловля мяча после отскока от щита. | Выполнение различных бросков. Штрафной бросок. Игра по упрощённым правилам.Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Правила игры в баскетбол. |  |  | Освоить приёмы броска мяча. |
| 5 | 4 |  | Скрытые передачи. Передача мяча со сменой мест в движении. |
| 6 | 5 |  | Бросок после остановки. Штрафной бросок. |
| 7 | 6 |  | Добивание мяча после отскока от щита. Бросок полукрюком, крюком. |
| 8 | 7 |  | Позиционная игра против зонной защиты. |
| 9 | 8 |  | Позиционная игра против зонной защиты. |
| 10 | 9 |  | Защитные действия против игрока с мячом и без мяча | . |  |  |
| 11 | 10 |  | Игра по правилам. |
| 12 | 11 |  | Игра по правилам. |
| 13 | 12 |  | Игра по правилам. |
| 14 | 13 |  | Игра по правилам. |
| **Специальная подготовка техническая и тактическая игры в волейбол 13часов** |
| 15 | 1 |  | Обязанности судей. Сочетание способов перемещений и стоек с техническими приёмами. | Ознакомление с техникой перемещений. Обучение технике прыжков, стоек, поворотов. Развитие координационных способностей при изучении стоек, перемещений, остановок, поворотов. | Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча. | Р:целеполагание- выполнять правила игры.П.: общеучебные-моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.К:взаимодействие- соблюдать правила безопасности.  | Описывать технику игровых действий и приемов волейбола. Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками. |
| 16 | 2 |  | Нападающий удар. Блокирование. |
| 17 | 3 |  | Приём мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону и с последующим падением и перекатом на бедро и спину. |
| 18 | 4 |  | Чередование способов подач. Вторая передача из зоны 3 игроку. |
| 19 | 5 |  | Одиночное и тройное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зонах 4,3,2. |
| 20 | 6 |  | Приём мяча от подач и первая передача в зону 3, вторая – игроку. |
| 21 | 7 |  | Выбор места при приёме нижней и верхней подач. |
| 22 | 8 |  | Взаимодействие игроков внутри линии и между ними при приёме мяча от подачи, передачи, нападающего и обманного ударов. |
| 23 | 9 |  | Взаимодействие игроков при приёме и передачи мяча. |
| 24 | 10 |  | Игра по правилам. |
| 25 | 11 |  | Игра по правилам. |
| 26 | 12 |  | Игра по правилам. |
| 27 | 13 |  | Игра по правилам. |
| **Общефизическая подготовка 4 часа** |
| 28 | 1 |  | Челночный бег на разную дистанцию. | Организовывать и проводить самостоятельные занятия физической подготовкой. Выполнять нормативы физической подготовки и ГТО. | Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход. | Р:целеполагание-– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. П:общеучебные – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. К:взаимодействие – строить для партнера понятные высказывания. | Оценивать свои силовые способности |
| 29 | 2 |  | Бег с ускорением. |
| 30 | 3 |  | Упражнения с предметами(гантели, эспандеры). |
| 31 | 4 |  | Кроссовый бег. |
| **Соревнования 4 часа.** |
| 32-35 | 1-4 |  | Контрольные игры. Организация и проведение соревнований. Разбор проведённых игр. Устранение ошибок.Игра в баскетбол. Разбор ошибок.Игра в волейбол. Разбор ошибок. | Знать правила игр. Выполнять судейство. | Выполнять судейство. | Р:целеполагание– предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П:общеучебные– получать и обрабатывать информацию; ставить и формулировать проблемы. К:взаимодействие-формулировать собственное мнение и позицию. | Освоение судейства по выбранной спортивной игре. Помощь товарищам в освоение правил и техники игры. |