

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ г. НОВОСИБИРСКА
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №218»

«Рассмотрено»

на педагогическом совете
Протокол
№ от «29» августа 2025 г.

«Согласовано»

Заведующий отделом
дополнительного образования

 / Н.В. Семёнова
«29» августа 2025 г.

«Утверждено»

Директор МАОУ СОШ №218

А.А. Семерников
Приказ от «29» августа 2025г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Гандбол»

*Дополнительная общеобразовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
Уровень освоения программы: базовый*

Автор-составитель: Трубин Денис Викторович,
педагог дополнительного образования
Возраст учащихся: 8-15 лет
Срок реализации программы: 3 года

Новосибирск, 2025

Содержание

I.	Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 3
1.1.	Пояснительная записка	с. 3
1.2.	Цель и задачи дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 5
1.3.	Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 7
1.3.1	Индивидуальные учебные планы группы	с. 9
1.3.2	Содержание учебных планов группы	с. 10
1.4.	Планируемые результаты дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 15
II.	Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с.16
2.1.	Календарный учебный график	с. 16
2.2.	Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 17
2.3.	Формы подведения итогов реализации (формы аттестации) дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 17
2.4.	Оценочные материалы	с. 18
2.5.	Методические материалы	с. 20
2.6.	Рабочая дополнительная общеразвивающая программа «Гандбол»	с. 20
2.7.	Рабочая программа воспитания дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 21
2.8.	Календарный план воспитательной работы на 2023-2024 учебный год	с. 22
	Список литературы	с. 24
	Нормативно-правовая литература	с. 24
	Литература, использованная при разработке дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 25

I. Комплекс основных характеристик дополнительной обще развивающей программы «Гандбол»

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа сформирована с учетом: - особенностей реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта в соответствии с требованиями статьи 84 Федерального закона от 29.12.2013 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - требований к физкультурно-оздоровительным и спортивным услугам, обеспечивающим безопасность жизни, здоровья обучающихся, сохранность их имущества, а также методам контроля в соответствии с национальными стандартами; - психофизиологических, возрастных и индивидуальных, в том числе тендерных, особенностей обучающихся; - содержания Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта гандбол, утвержденного приказом Минспорта России от 30.08.2013 г. № 679; - приказа Министерства спорта РФ от 12.02.2019 г. № 90 «Об утверждении государственных требований ВФСК ГТО»

В содержание программы «Гандбол» внесены изменения в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года».

Процесс формирования знаний, умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей учащихся 8 – 15 лет. Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся.

Говоря об интеллектуальном аспекте физического воспитания, следует отметить наличие тесной связи между физическим и умственным развитием, их взаимообусловленность. Процесс усвоения любого, особенно сложного двигательного действия неразрывно связан с активной умственной работой.

Направленность программы – спортивно-оздоровительная

Актуальность программы состоит в том, что особое внимание уделяется укреплению здоровья и закаливанию, всесторонней физической подготовке, развитию координации движений, быстроты, ловкости, гибкости, овладению основами техники игры в гандбол учащихся. Учащиеся учебной группы активно участвует в товарищеских и контрольных играх, турнирах, матчах, соревнованиях.

Программа развивает двигательную активность, быстроту, точность, выносливость, ловкость у учащихся, основывается на тех знаниях, которые учащиеся получают на школьных уроках физкультуры и направлена на общее

развитие детей и формирование умения играть в гандбол на любительском уровне, что позволяет привлечь к занятиям широкий круг учащихся.

Адресат программы

Программа ориентирована на детей младшего и среднего школьного возраста – мальчиков и девочек 8-15 лет.

Спортивная подготовка по виду спорта Гандбол предполагает общеобразовательный уровень физического, интеллектуального, эмоционального и волевого развития, стандартный школьный круг интересов. Мотивация к предметной области внутренняя и внешняя. Наличие способностей не ограничено.

Специальный медицинский допуск к обучению по программе не требуется. Предполагаемый состав групп – до 20 человек.

Зачисление в группу производится при наличии сертификата дополнительного образования, подтвержденного в ИС «Навигатор ДО НСО», предоставления от родителей детей пакета подписанных соответствующих документов (заявление на обучение, согласие на обработку персональных данных, договор).

Психологопедагогические особенности младшего школьного возраста: в младшем школьном возрасте быстро развивается психика ребёнка. Изменяется взаимоотношение процессов возбуждения и торможения: процесс торможения становится более сильным, но по-прежнему младшие школьники в высокой степени возбудимы. Повышается точность работы органов чувств.

Познавательная деятельность младшего школьника проходят в процессе обучения, немаловажное значение имеет и расширение сферы общения. Быстро текущее становление множества новых качеств, которые необходимо сформировать или развивать у школьников, диктуют педагогам строгую целенаправленность всей учебно-воспитательной работы. Восприятие младших школьников отличается неустойчивостью и неорганизованностью, но, в то же время, остротой и свежестью, «созерцательной любознательностью».

Внимание младших школьников непроизвольно, недостаточно устойчиво, ограниченно по объёму, поэтому весь учебный процесс подчинён воспитанию культуры внимания. Произвольное внимание развивается вместе с другими функциями и прежде всего – мотивацией учения, ответственностью за успех учебной деятельности.

Мышление у детей начальной школы развивается во взаимосвязи с речью от эмоционально-образного к абстрактно-логическому. Большую роль в познавательной деятельности играет память. У младшего школьника складываются элементы социальных чувств,рабатываются навыки

общественного поведения (коллективизм, ответственность за поступки, товарищество, взаимопомощь). Младший школьный возраст предоставляет большие возможности для развития нравственных качеств личности. Главная задача возраста - постижение окружающего мира, природы человеческих отношений. Интенсивно формируются почти все интеллектуальные, социальные и нравственные качества, многие из них уже останутся неизменными на протяжении всей жизни.

Педагогическая целесообразность. Федеральный государственный образовательный стандарт требует развитие не только предметных результатов, но и метапредметных, и личностных результатов. В данной программе представлен вариант комплексной игровой деятельности, позволяющий реализовать требования ФГОС во внеурочной деятельности.

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Гандбол» **ориентировано на:**

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, нравственном и интеллектуальном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания учащихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся;
- социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры учащихся.

Отличительные особенности программы заключается в том, что технологии вида спорта «Гандбол» позволяют успешно решать весь комплекс вышеперечисленных задач, являясь единственным средством укрепления здоровья детей и подростков в школе, подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО и подготовки юношей к службе в Вооруженных Силах страны, формируют навыки собственной безопасности в экстремальных ситуациях современного мегаполиса.

Принципы, лежащие в основе программы:

- природосообразности; воспитывающего обучения; научности; связи теории с практикой; систематичности и последовательности; доступности; наглядности; сознательности и активности.

Сроки реализации, адресность программы. Программа рассчитана на трёхгодичный курс обучения для учащихся школы в возрасте от 8 до 15 лет, с различным уровнем физической подготовки, относящихся к основной и подготовительной группам здоровья и имеющим медицинский допуск врача. Занятия по программе «Гандбол» проводятся во второй половине дня.

Количество занятий в неделю

Направления и этапы подготовки	Год обучения	Возраст для зачисления	Кол-во учебных часов в группе
Спортивно-оздоровительное	Весь период 1 год	8–10 лет	6
Начальной подготовки	2 год	11–12 лет	6
Учебно-тренировочный	3 год	13–15 лет	6

Уровень освоения программы – базовый.

Сроки реализации программы – 3 года.

Форма обучения – групповая, индивидуальная.

Язык обучения – русский.

Режим занятий – 4 часа в неделю, с продолжительностью занятия 45 минут.

Наполняемость группы – 14 – 20 человек.

Методы обучения – игровой, соревновательный.

Форма контроля – тестирование, контрольные испытания.

Формы подведения итогов реализации программы дополнительного образования:

- школьные соревнования среди параллелей своих классов
- участие в муниципальных соревнованиях
- участие в зональных и городских соревнованиях.

Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся на свежем воздухе и в зале. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в гандбол.

1.2. Цель и задачи дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

Цель программы: формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «Гандбол».

Программный материал объединен в целостную систему трехлетней оздоровительно-спортивной подготовки и предполагает решение **следующих основных задач:**

- всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;
- укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение безопасности на занятиях;
- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития гандбола в частности;
- формирование общих представлений о гандболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;
- формирование образовательного базиса, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами вида спорта «гандбол»;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;
- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Ожидаемые результаты освоения учащимися программы дополнительного образования оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия в гандбол, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по гандболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории гандбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами гандбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях гандболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в гандбол
- знать гандбольные термины

1.3. Содержание программы.

Физическая культура как область знаний

История и современное развитие физической культуры

История Олимпийских игр и олимпийского движения. История олимпийского движения в России (СССР). Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Физическая культура в современном обществе.

История развития гандбола в мире и России. Успехи российских гандболистов на мировой арене.

Современное представление о физической культуре (основные понятия)

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Основные принципы культуры здорового образа жизни.

Оптимальная двигательная активность, как профилактика заболеваний, укрепление здоровья и профилактика вредных привычек.

Понятие о технико-тактических особенностях вида спорта «гандбол».

Физическая культура человека

Вредные привычки, причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека и его здоровье. Основы профилактики вредных привычек средствами физической культуры (в том числе гандбола).

Положительное влияние занятий гандболом на разностороннее развитие, двигательную активность, психологическую устойчивость, физическую выносливость, а также коммуникативные качества характера человека.

Двигательный режим. Формы индивидуальных занятий физическими упражнениями из арсенала элементов и техники гандбола.

Возможности организации занятий гандболом во время досуга.

Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом (в том числе, гандболом), гигиенические требования к организации этих занятий.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

Организация и планирование самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Самостоятельное составление индивидуальных комплексов для проведения утренней гимнастики.

Обучение умению вести наблюдения за своим здоровьем и индивидуальными показателями физической подготовленности.

Правила самостоятельного подбора упражнений, определение последовательности их выполнения, дозировка.

Самонаблюдение и самоконтроль за индивидуальным развитием.

Организация самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Самостоятельная организация досуга со сверстниками средствами физической культуры и спорта.

Оценка эффективности занятий физической культурой.

Навыки определения степени освоения знаний по технике владения двигательными умениями в области физкультурно-оздоровительной деятельности.

Тестирование уровня физической подготовленности в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, физической подготовленностью обучающихся.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

-Организующие команды и приемы, строевые упражнения.

-Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов; с предметами.

-Комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, в том числе входящих в программу ВФСК «ГТО».

Спортивно-оздоровительная деятельность

Общефизическая подготовка

- Гимнастические упражнения. Упражнения для развития быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, ловкости, выносливости, гибкости.

- Подвижные спортивные игры из различных базовых видов спорта, эстафеты, игры с элементами гандбола, пр.

- Упражнения и комплексы из различных видов спорта (фитнес-аэробики, гимнастики, зимних видов спорта, пр.) для занятий в целях общего оздоровления и реабилитации.

- Занятия гандболом, как средство активного отдыха и укрепления здоровья.

- Восстановительные мероприятия (массаж). Техника выполнения простейших приемов массажа и самомассажа на отдельных участках тела (поглаживание, растирание, разминание).
- Правила и гигиенические требования к проведению сеансов массажа.
- Упражнения для общей физической подготовки.
- Упражнения и комплексы для коррекции веса, фигуры и нарушений осанки.
- Упражнения на развитие силы мышц различных частей тела (спины, груди, живота, ягодиц) с использованием сопротивления собственного веса, гантелей, иного спортивного оборудования в различных исходных положениях – стоя, сидя, лежа. Упражнения на развитие основных качеств игрока в гандбол.
- Специальные упражнения на развитие силы мышц кистей рук и укрепление мышц стоп.
- Комплексы физических упражнений различной направленности с использованием различного спортивного оборудования и без него.
- Техника безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

Гандбол

Технико-тактическая подготовка

-Подбор и выполнение различных вариантов комплексов упражнений специальной подготовки для совершенствования технико-тактических действий игры в гандбол в соответствии с возрастными особенностями и физической подготовленностью обучающихся.

Совершенствование тактики игры в гандбол:

- тактика нападения;
- тактика защиты;
- тактика вратаря.

Техническая подготовка (техника нападения)

- Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.
 - Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой.
 - Ведение мяча с передачами в парах попеременно правой и левой рукой в высоком темпе и с ускорениями.
 - Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении.
 - Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам.
 - Броски правой и левой рукой с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции.

- 7-метровый штрафной бросок (пенальти).
- Технико-тактические связки в парах, тройках, четверках: ведение – передача, ловля – ускорение – передача, ведение – ускорение – бросок по воротам, ловля – обманные действия – бросок по воротам, остановка – ускорение – передача.

- Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой.

- Игра в гандбол 6x6, 7x7.

Тактическая подготовка (тактика защиты)

- Защита 4x2(зонная защита) игра два на три; три на два;
- Защита 1x5(zonная защита) игра три на три; четыре на четыре.

Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении

- Передача мяча вратарём в отрыв.
- Отбивания мяча вратарем, подбор.
- Установка «стенки» при штрафном броске.
- Обводящий «стенку» бросок по воротам.
- Ловля и отбивание вратарем мяча.
- Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).
- Передача вратарем мяча для быстрой контратаки.
- Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки.

Соревновательная деятельность

- Правила игры в гандбол.
- Практика судейства и правила судейства игры в гандбол.
- Игра в гандбол 6x6, 7x7.
- Игра на стандартной площадке полными составами.
- Подготовка и участие в матчевых встречах между классами, первенствах школы, межшкольных соревнованиях по гандболу.
- Правила безопасности в соревновательной деятельности по гандболу.

1.3. Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

1.3.1. Индивидуально учебные планы по 1-3 году обучения.

	1 год	2 год	3 год
--	-------	-------	-------

Программный материал		обучения	обучения	обучения
Теоретическая подготовка		5	4	8
1	Правила техники безопасности при проведении занятий.	2	2	2
2	История рождения и развития гандбола.	1		
3	Режим и питание спортсмена.	1		
4	Личная гигиена и закаливание организма.	1		
5	Основы спортивной тренировки – методы обучения. Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена.		1	1
6	Правила соревнований. Судейство соревнований.		1	4
Общая физическая подготовка		48		50
1	Развитие силы	10	10	10
2	Развитие быстроты	10	10	10
3	Развитие выносливости	10	10	15
4	Развитие ловкости	12	10	10
5	Развитие гибкости	6	5	5
Техническая подготовка		40	48	52
1	Стойки гандболиста	4	1	1
2	Перемещения по площадке	6	3	3
3	Ведение мяча	6	8	8
4	Передачи мяча	6	10	14
5	Броски мяча в прыжке	10	12	12
6	Броски по воротам с дальних и средних дистанций	8	14	14
Тактическая подготовка		43	39	70
1	Групповые действия в нападении	10	9	9
2	Командные действия в нападении	11	10	10
3	Групповые действия в защите	12	10	10
4	Командные действия в защите	10	10	10
Тестирование, контрольные испытания		2	2	4
Медико-биологический контроль		1	2	2
Участие в соревнованиях		3	2	25
Итого		136	120	180

1.3.2 Содержание индивидуальных учебных планов групп

Содержание индивидуального учебного плана группы 1-го года обучения при проведении занятий 6 часов в неделю

№ п/п	Название темы	Содержание
1.	Введение	<p><u>Теория</u></p> <p>Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в объединении. Антитеррористические мероприятия и правила антитеррористической безопасности – беседа. Общие сведения о шахматах.</p> <p><u>Практика</u></p> <p>Повторение и закрепление информации. <u>Формы контроля</u> Беседа (закрепление пройденного материала). Дополнительно: Выяснение анкетных данных детей и их родителей, занесение этих сведений в журнал.</p>
2.	История и современное развитие физической культуры	<p>История развития гандбола. Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Выдающиеся достижения гандболистов на Олимпийских играх. Гандбол в современном обществе. История развития гандбола в мире и России. Успехи российских гандболистов на мировой арене.</p>
3.	Технико- тактическая подготовка .	<p>-Подбор и выполнение различных вариантов комплексов упражнений специальной подготовки для совершенствования технико-тактических действий игры в гандбол в соответствии с возрастными особенностями и физической подготовленностью обучающихся.</p> <p><i>Совершенствование тактики игры в гандбол:</i></p>

		<ul style="list-style-type: none"> - тактика нападения; - тактика защиты; - тактика вратаря
4.	Техническая подготовка (техника нападения)	<p>Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. - Ведение мяча с передачами в парах попеременно правой и левой рукой в высоком темпе и с ускорениями. - Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. - Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. - Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. - 7-метровый штрафной бросок (пенальти). - Технико-тактические связки в парах, тройках, четверках: ведение – передача, ловля – ускорение – передача, ведение – ускорение – бросок по воротам, ловля – обманные действия – бросок по воротам, остановка – ускорение – передача. - Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. - Игра в гандбол 6х6, 7х7.
5.	Тактическая подготовка (тактика защиты)	<ul style="list-style-type: none"> - Защита 4x2(зонная защита) игра два на три; три на два; - Защита 1x5(зонная защита) игра три на три; четыре на четыре.

6.	Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении	<ul style="list-style-type: none"> - Передача мяча вратарём в отрыв. - Отбивания мяча вратарем, подбор. - Установка «стенки» при штрафном броске. - Обводящий «стенку» бросок по воротам. - Ловля и отбивание вратарем мяча. - Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). - Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. - Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки.
7.	Соревновательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - Правила игры в гандбол. - Практика судейства и правила судейства игры в гандбол. - Игра в гандбол 6x6, 7x7. - Игра на стандартной площадке полными составами. - Подготовка и участие в матчевых встречах между классами, первенствах школы, межшкольных соревнованиях по гандболу. - Правила безопасности в соревновательной деятельности по гандболу.
8.	Итоговое занятие	<p><u>Теория</u> <u>Практика</u></p> <p>Проводится в форме соревнования внутри объединения.</p> <p><u>Формы контроля</u> Игровая практика</p>

**Содержание индивидуального учебного плана группы 2-го года обучения
при проведении занятий 4 часов в неделю**

№ п/п	Название темы	Содержание

1.	Введение	<p><u>Теория</u></p> <p>Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в объединении. Антитеррористические мероприятия и правила антитеррористической безопасности – беседа. Общие сведения о шахматах.</p> <p><u>Практика</u></p> <p>Повторение и закрепление информации. <u>Формы контроля</u></p> <p>Беседа (закрепление пройденного материала). Дополнительно: Выяснение анкетных данных детей и их родителей, занесение этих сведений в журнал.</p>
2.	Технико-тактическая подготовка .	<p>-Подбор и выполнение различных вариантов комплексов упражнений специальной подготовки для совершенствования технико-тактических действий игры в гандбол в соответствии с возрастными особенностями и физической подготовленностью обучающихся.</p> <p><i>Совершенствование тактики игры в гандбол:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - тактика нападения; - тактика защиты; - тактика вратаря
3.	Техническая подготовка (техника нападения) -	<p>Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. - Ведение мяча с передачами в парах попеременно правой и левой рукой в высоком темпе и с ускорениями. - Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. - Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. - Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. - 7-метровый штрафной бросок (пенальти).

		<ul style="list-style-type: none"> - Технико-тактические связки в парах, тройках, четверках: ведение – передача, ловля – ускорение – передача, ведение – ускорение – бросок по воротам, ловля – обманные действия – бросок по воротам, остановка – ускорение – передача. - Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. - Игра в гандбол 6х6, 7х7.
4.	Тактическая подготовка (тактика защиты)	<ul style="list-style-type: none"> - Защита 4х2(зонная защита) игра два на три; три на два; - Защита 1х5(зонная защита) игра три на три; четыре на четыре.
5.	Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении	<ul style="list-style-type: none"> - Передача мяча вратарём в отрыв. - Отбивания мяча вратарем, подбор. - Установка «стенки» при штрафном броске. - Обводящий «стенку» бросок по воротам. - Ловля и отбивание вратарем мяча. - Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). - Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. - Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки.
6.	Соревновательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - Правила игры в гандбол. - Практика судейства и правила судейства игры в гандбол. - Игра в гандбол 6х6, 7х7. - Игра на стандартной площадке полными составами. - Подготовка и участие в матчевых встречах между классами, первенствах школы, межшкольных соревнованиях по гандболу. - Правила безопасности в соревновательной деятельности по гандболу.

7.	Итоговое занятие	<p><u>Теория</u></p> <p><u>Практика</u></p> <p>Проводится в форме соревнования внутри объединения.</p> <p><u>Формы контроля</u></p> <p>Игровая практика</p>

Содержание индивидуального учебного плана группы 3-го года обучения при проведении занятий 4 часов в неделю

№ п/п	Название темы	Содержание
1.	Введение	<p><u>Теория</u></p> <p>Знакомство с учащимися.</p> <p>Инструктаж по технике безопасности.</p> <p>Правила поведения в объединении.</p> <p>Антитеррористические мероприятия и правила антитеррористической безопасности – беседа.</p> <p>Общие сведения о шахматах.</p> <p><u>Практика</u></p> <p>Повторение и закрепление информации.</p> <p><u>Формы контроля</u></p>

		<p>Беседа (закрепление пройденного материала). Дополнительно: Выяснение анкетных данных детей и их родителей, занесение этих сведений в журнал.</p>
2.	Технико-тактическая подготовка .	<p>-Подбор и выполнение различных вариантов комплексов упражнений специальной подготовки для совершенствования технико-тактических действий игры в гандбол в соответствии с возрастными особенностями и физической подготовленностью обучающихся.</p> <p><i>Совершенствование тактики игры в гандбол:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - тактика нападения; - тактика защиты; - тактика вратаря
3.	Техническая подготовка (техника нападения) -	<p>Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. - Ведение мяча с передачами в парах попеременно правой и левой рукой в высоком темпе и с ускорениями. - Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. - Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. - Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. - 7-метровый штрафной бросок (пенальти). - Технико-тактические связки в парах, тройках, четверках: ведение – передача, ловля – ускорение – передача, ведение – ускорение – бросок по воротам, ловля – обманные действия – бросок по воротам, остановка – ускорение – передача. - Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя

		на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. - Игра в гандбол 6х6, 7х7.
4.	Тактическая подготовка (тактика защиты)	- Защита 4х2(зонная защита) игра два на три; три на два; - Защита 1х5(зонная защита) игра три на три; четыре на четыре.
5.	Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении	- Передача мяча вратарём в отрыв. - Отбивания мяча вратарем, подбор. - Установка «стенки» при штрафном броске. - Обводящий «стенку» бросок по воротам. - Ловля и отбивание вратарем мяча. - Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). - Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. - Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки.
6.	Соревновательная деятельность	- Правила игры в гандбол. - Практика судейства и правила судейства игры в гандбол. - Игра в гандбол 6х6, 7х7. - Игра на стандартной площадке полными составами. - Подготовка и участие в матчевых встречах между классами, первенствах школы, межшкольных соревнованиях по гандболу. - Правила безопасности в соревновательной деятельности по гандболу.

7.	Итоговое занятие	<u>Теория</u> <u>Практика</u> Проводится в форме соревнования внутри объединения. <u>Формы контроля</u> Игровая практика
----	------------------	--

1.4 Планируемые результаты дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

В ходе реализации программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Гандбол» обучающиеся должны усвоить и применять на практике к концу

1 года обучения

Учащиеся должны знать:

- историю развития гандбола;
- правила закаливания и личной гигиены;

Учащиеся должны уметь:

- работать с мячом в парах;
- выполнять ведение мяча;
- выполнять ловлю и передачу мяча;
- выполнять бросок мяча в ворота.

2 года обучения

Учащиеся должны знать:

- правила игры в гандбол;
- основные понятия и термины в теории и методике гандбола;

Учащиеся должны уметь:

- владеть умением передачи мяча в движении с сопротивлением;
- владеть умением ведения мяча с сопротивлением;
- выполнять бросок мяча со штрафной отметки на результат;
- выполнять бросок мяча в движении с защитником;
- играть в учебной игре.

3 года обучения

Учащиеся должны знать:

- правила игры в гандбол с применением в судействе;
- оказание первой доврачебной помощи.

Учащиеся должны уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия в игре, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий спортом.

II. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график оформляется приложением к рабочей дополнительной общеразвивающей программе и составляется ежегодно для каждой учебной группы.

Общие данные о календарном учебном году

Начало учебного года	01 октября текущего учебного года	
Окончание учебного года	31 мая текущего учебного года	
Организационный период	с 01 по 07 сентября текущего года	
Организация объединения в каникулярное время	работы	школьное
В дни школьных каникул (осенних, зимних и весенних) работа по освоению программы осуществляется по расписанию (возможно изменение расписания, перенос занятий на другие дни и удобное для учащихся время)		
Количество учебных недель	30 недель	

* возможны изменения в связи с эпидемиологической ситуацией в городе

Форма календарного учебного графика

Педагог д/о: Трубин Денис Викторович

Объединение «Гандбол»

Первый год обучения (дети _____ лет)

Группа: № _____

Одно занятие в неделю: день недели – один (два, три) академических часа.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля	Примечания

2.2.Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

Материально-техническое обеспечение программы

Овладевать необходимыми знаниями, умениями и навыками в процессе реализации программы учащимся помогают средства обучения.

1. Ворота,
2. Гандбольные мячи
3. Стойки конусы
4. Гимнастическая стенка
5. Мячи набивные
6. Рулетка
7. Секундомер
8. Гимнастические скамейки
9. Гимнастические маты
10. Скалки
11. Аптечка

Кадровое обеспечение программы

Занятия проводит педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории Трубин Денис Викторович. Образование высшее педагогическое. Педагогический стаж – 16 лет.

2.3 Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол» (формы аттестации)

Диагностика уровня обученности, развития и воспитанности учащихся осуществляется с помощью бесед, метода включенного педагогического наблюдения, соревнований — турниров. Диагностика проводится как в течение учебного процесса, так и во время подготовки к соревнованиям.

Формы подведения итогов: в виде участия в турнирах учащихся внутри объединения. В виде итогового занятия, которое проходит обычно в форме турнира с записью партии.

Степень освоения программы учащимися - разная. Иногда просто участие в соревнованиях - это уже результат.

Ожидаемый результат реализации воспитательных, социально-педагогических и здоровьесберегающих задач программы – это положительные психические изменения, изменения в уровне культуры поведения, коммуникативности, бережное, правильное отношение к своему здоровью.

2.4 Оценочные материалы

Тестирование и контрольные испытания

Специальная физическая подготовка гандболистов

Год обучения	Высота подскока (см)		Бег 20 м (с)		Бег 40 с (м)		Бег 300 м (мин)	
	мальчик и	девочки	мальчик и	девочки	мальчик и	девочки	мальчик и	девочки
1 – й год	30	28	4,2	4,5	4 п 15	4 п	1,16	1,20
2 – й год	32	32	4,0	4,3	5 п	4 п 20	1,07	1,15
3 – й год	35	35	3,9	4,0	5 п 20	5 п 10	55,5	1,00

Техническая подготовка гандболистов

Год обучения	Передвижение в защитной	Скоростное ведение	Передача мяча	Дистанционные броски	Штрафные броски (%)
--------------	-------------------------	--------------------	---------------	----------------------	---------------------

ия	стойке (с)		(с, попадания)		(с, попадания)		(%)			
	мальчи ки	девоч ки	мальчи ки	девоч ки	мальчи ки	девоч ки	мальчи ки	девоч ки	мальчи ки	девоч ки
1 год	10,1	10,3	15,0	15,3	14,2	14,5	28	28	30	30-
2 год	10,0	10,2	14,9	15,1	14,0	14,4	30	30	35	35
3 год	9,8	10	14,7	15,0	14,0	14,3	35	35	50	45

Возрастные контрольные испытания

	Контрольные испытания	11-14 лет		15-16 лет		16-17 лет	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
1.	Челночный бег 3 х 10 м (сек.)	8.8	10.0	7.9	9.2	7.2	8.1
2.	Прыжок в длину с места (см.)	146	137	168	156	210	178
3.	Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)	28	29	30	31	31	33
4.	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (раз)	15	14	17	16	20	19
5.	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	5		7		10	
6.	Отжимание в упоре лежа (раз)		10		12		14

2.5. Методические материалы

Принципы, положенные в основу учебно-воспитательного процесса по программе «Гандбол». При организации учебно-тренировочных занятий педагог руководствуется следующими принципами:

- систематичности и последовательности – содержание обучения и учебно-тренировочный процесс должны подчиняться определенной логике, быть связанными и систематизированными;
- сознательности и активности – учащиеся должны осознанно усваивать знания и приобретать умения в процессе практической деятельности;
- доступности – содержание, объем изучаемого материала и методы его изучения соответствуют уровню интеллектуального и физического развития учащихся;
- связи теории с практикой – изучение теоретического материала осуществляется в тесной связи с раскрытием важнейших путей его использования в жизни.

Педагогические технологии, используемые при реализации программы

Технологический подход в образовании способствует решению проблемы согласования целей, средств и методов учебного процесса. Соответственно, его реализация требует от педагога дополнительного образования внедрения разнообразных подходов к организации учебно-познавательной деятельности. Использование широкого спектра образовательных технологий дает возможность педагогу продуктивно использовать учебное время и добиваться высоких результатов обучения.

При реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол» применяются следующие образовательные технологии:

- технология проблемного обучения;
- технология развития критического мышления;
- игровая технология;
- информационно-коммуникационная технология.

Методы обучения, применяемые при реализации программы «Гандбол».

В работе с учащимися используются:

- словесные методы:
- ✓ рассказ;
- ✓ беседа;

- методы наглядного восприятия:
 - ✓ демонстрация упражнений, действий,
 - ✓ изучение и анализ содержания плакатов, пособий, игровой доски для корректировки игры;
- практические методы:
 - ✓ игра (учебные, тренировочные и тематические игры между учащимися и педагогом, а также совместные тренировки);
 - ✓ конкурсы решения комбинаций, задач, схем на гандбольном поле;
 - ✓ участие в личных и командных соревнованиях различного уровня;
 - ✓ сеансы одновременной игры;
 - ✓ совместный и самостоятельный анализ собственных игр и игр других команд;
 - ✓ работа с гандбольной литературой.

Программа обучения состоит из трех частей: учебно-теоретическая; практическая; досуговая.

Основная форма организации и проведения занятий - систематические учебно-тренировочные занятия и соревнования. Также регулярно проводятся:

- зачёты с последующим объявлением результатов и их анализом;
- показательные выступления;
- досуговые мероприятия (день именинника, встреча с интересными людьми и спортсменами).

Алгоритм учебного занятия:

Структура занятия является примерной и может меняться в зависимости от темы, цели и задач.

Вводная часть: организационный момент, настрой на занятие, актуализация имеющихся знаний.

Основная часть занятия. Содержание основной части соответствует задачам программы. На эту часть приходится основная физическая нагрузка всего занятия. В нее входит теоретическая часть, практическая часть, игра в парах и тройках.

Повторение. Повторение ключевых положений игровых моментов, подведение итогов занятия.

2.6. Рабочая дополнительная общеразвивающая программа «Гандбол»

В условиях ограниченного времени пребывания детей в лицее в закрепленных кабинетах, длительность перемены предусматривает передвижение педагога из кабинета в кабинет от 5 до 15 минут. Продолжительность занятий составляет 45 минут.

В каждом кабинете установлен антисептик для рук, кожный антисептик или санитайзер — тип дезинфицирующего средства, который используется для предотвращения передачи патогенных микроорганизмов, а также для соблюдения элементарных правил гигиены для индивидуальной обработки рук.

В период распространения вирусной инфекции учащимся и педагогам дважды меряется температура: на начало и конец учебного дня, родители в МАОУ НГПЛ не допускаются.

2.7. Рабочая программа воспитания дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

Цель: личностное саморазвитие учащихся через моделирование культурно-образовательного пространства на занятиях гандболом.

Особенности организуемого воспитательного процесса в детском образовательном объединении

В соответствии с концепцией развития дополнительного образования для формирования у учащихся общероссийской гражданской идентичности, патриотизма и гражданской ответственности необходимо усиление воспитательной составляющей и организация воспитательного процесса на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей российского общества и государства.

Воспитание - это социально-педагогический процесс, поддерживающий развитие человека, общества и государства. Процесс воспитания основывается на следующих принципах взаимодействия педагога и учащихся:

- Актуальной задачей на сегодняшний день является воспитание будущего патриота своей страны.

- Ключевой фигурой воспитания в детском образовательном объединении является педагог дополнительного образования, реализующий по отношению к детям защитную, личностно развивающую, организационную, посредническую (в разрешении конфликтов) функции.

- Неукоснительное соблюдение законности и прав семьи и ребенка, соблюдения конфиденциальности информации о ребенке и семье, приоритета безопасности ребенка - ориентир на создание психологически комфортной среды для каждого ребенка и установление доброжелательных и товарищеских взаимоотношений;

Игра в гандбол тренирует стратегическое мышление, развивает все человеческие качества, что позволяет развить навыки планирования в обычной жизни. При развитом стратегическом мышлении человеку становится понятным, что любовь к родине - это необходимое условие жизни и развития нашего общества.

Виды, формы и содержание деятельности

Проблемно-ценностное общение - вид деятельности, направленный на развитие коммуникативных компетенций школьников, воспитание у них культуры общения, развитие умений слушать и слышать других, уважать чужое мнение и отстаивать свое собственное, терпимо относиться к разнообразию взглядов людей.

В свою очередь игровая деятельность направлена на раскрытие творческого, умственного и физического потенциала школьников, развитие у них навыков конструктивного общения, умений работать в команде.

Воспитание на занятиях по гандболу осуществляется преимущественно через вовлечение учащихся в образовательный процесс, обучения игре в гандбол и непосредственное погружение в интересную и полезную для них спортивную игру в гандбол, которая предоставляет им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения.

Формы воспитания — это способы организации воспитательного процесса, способы целесообразной организации коллективной и индивидуальной деятельности учащихся.

Среди всех форм воспитательной работы коллективные творческие дела обладают объективными наибольшими воспитательными возможностями, так как они:

- предоставляют возможность каждому ребенку внести свой личный вклад в общую работу, проявить свои личностные качества;
- обеспечивают активную реализацию и обогащение личного и коллективного опыта;
- способствуют укреплению коллектива, его структуры, содействуют разнообразию и мобильности внутриколлективных связей и отношений;
- эмоционально привлекательны для ребят, позволяют опираться на значимые для них содержание и способы организации деятельности в самых разных ситуациях воспитательного процесса.

Планируемые результаты и формы их проявления

Критерием, на основе которого осуществляется данный анализ, является динамика личностного развития учащихся.

Способом получения информации о результатах воспитания, социализации и саморазвития учащихся является педагогическое наблюдение.

Внимание педагога сосредотачивается на следующих вопросах: какие прежде существовавшие проблемы личностного развития школьников удалось решить за минувший учебный год; какие проблемы решить не удалось и почему; какие новые проблемы появились и как их оперативно устраниТЬ.

Результаты воспитательного процесса:

- наличие в группе позитивных эмоций и доверительных отношений друг к другу;
- традиции, задающие социально значимые формы поведения.
- готовность к внутреннему самосовершенствованию, к самореализации себя в жизни;
- объективная самооценка у учащихся
- личностный рост (дисциплинированность, самообладание, выдержка, уважения чужого мнения);

2.8. Календарный план воспитательной работы

№ п/ п	Направления воспитательно й работы	Название мероприяти я, события, форма его проведения	Цель	Краткое содержани е	Сроки провод ения	Ответ ствен ный испол нител ь
1	Организацион но - воспитательно е	Посвящени е в гандболист ы (1г.обуч.) Праздник	Сплочение коллектива	Праздник	октябр ь	Труби нД.В.
2	Физкультурно — оздоровительн ое	Первенство школы Соревнован ие	Популяризация га ндбала. Содействие физическому развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	октябр ь	
3	Организацион но - воспитательно е	Гандбольны е баталии	Сплочение коллектива	Чтение эссе	октябр ь	
4	Физкультурно —	Дружеские встречи с	Популяризация гандбола.	Турнир	октябр ь	

	оздоровительное	командами района	Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.		
5	Физкультурно – оздоровительное	Игры по параллелям	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	ноябрь
6	Физкультурно – оздоровительное	Игры по параллелям II этап. Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	декабрь
7	Физкультурно – оздоровительное	Рождественский турнир. Праздник. Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Праздник. Турнир	январь
8	Физкультурно – оздоровительное	Игры по параллелям III этап. Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	февраль
9	физкультурно – оздоровительное	Рыцарский турнир. Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию.	Турнир	февраль

			Выявление юных талантов.		
10	Организационно – воспитательное, физкультурно – оздоровительное	Экскурсия. Турнир	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Экскурсия. Турнир	февраль
11	Физкультурно – оздоровительное	фестиваль спорта по гандболу	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	март
12	Физкультурно – оздоровительное	Сдача норм ГТО Соревнование	Популяризация гандбола . Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	март, апрель
13	Физкультурно – оздоровительное	Открытый кубок «Гагарина» Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	апрель
19	Физкультурно – оздоровительное	Турнир Победы. Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов	Турнир	май

20	Физкультурно – оздоровительное	Экскурсия. Товарищеский турнир	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	май	
----	--------------------------------	--------------------------------	---	--------	-----	--

Список использованной литературы

Нормативно-правовая литература

1. Конституция Российской Федерации (от 12.12.1993 с изм. 01.07.2020);
2. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности РФ»;
4. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
5. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ-273);
6. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
7. Федеральный закон от 30.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ-127);
8. Федеральный закон «О российском движении детей и молодежи» от 14.07.2022 №261-ФЗ (далее- ФЗ-261);
9. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
10. Стратегическое направление в области цифровой трансформации образования, относящейся к сфере деятельности Министерства просвещения Российской Федерации (утв. распоряжением Правительства РФ от 02.12.2021 № 3427);

11. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678) (далее - Концепция);

12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

13. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

14. Федеральные проекты «Цифровая образовательная среда», «Современная школа», «Патриотическое воспитание» (2020);

15. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

16. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

17. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее- Целевая модель);

18. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 5.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

19. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

20. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

21. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок).

22. Концепция развития креативных индустрий в Новосибирской области (утв. постановлением Правительства НСО от 08.06.2021 № 212-П).

23. Устав МБУДО ДТ «Октябрьский»;

24. Программа развития МБУДО ДТ «Октябрьский» на 2020-2025 годы;

25. Рабочая программа воспитания МБУДО ДТ «Октябрьский» на 2021-2023 годы.

Методические рекомендации:

1. Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы (включая разноуровневые и модульные): методические рекомендации по разработке и реализации. – 3-е изд., изм. и дополн. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ, 2023. – 78 с.;

2. Методические рекомендации по разработке адаптированных дополнительных общеобразовательных программ и дополнительных общеобразовательных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в рамках инклюзивных групп / сост. М. А. Логинова. – 2-е изд. изм. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ ДОД, 2023. – 59 с.

Литература, использованная при разработке дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

Методическое обеспечение

1. Борисов Э.Л, Ратианидзе А.Л., Тузиков А.А. «Методические основы тренировочного процесса по гандболу в СДЮСШОР. Методическое пособие» М. 2013г.

2. Игнатьева В.Я., Максимов В.С., Петрачева И.В. «Гандбол. Программа для ДЮСШ, СДЮШОР» М., 2008г.

3. Игнатьева В.Я. «Юный гандболист», изд. «С.Принт», 2011г.

4. Клусов Н.П. «Тактика гандбола», изд. «Физкультура и спорт» 2009г.

5. Лавров А.К., Учебная программа Гандбол: для ДЮСШ и ДЮСШОР. 2010
6. Максимов В.С. «Пособие для тренеров, преподавателей и студентов ИФК», «МГДТДиЮ», 2020г
7. Ратианидзе А.Л., Борисов Э.Л. «Обучение и тренировка гандбольного вратаря» М. 2011г.
8. Ратианидзе А.Л., Марищук В.Л. «Игра гандбольного вратаря» М., ФиС 2014г.
9. Соколов В.Н. Методика начального обучения в гандболе. Издательство: РГПУ им. А.И. Герцена.2019 г
10. Тхорев В.И., Максимов В.С. и др. «Примерная программа для спортивно-оздоровительных групп ДЮСШ» М., 2012г.
11. Шестаков М.П., Шестаков И.Г. Гандбол. Тактическая подготовка. Издательство: М. СпортАкадем Пресс. 2001г.
12. Лях В.И, Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания для учащихся 1-11 классов средней общеобразовательной школы. М.: «Просвещение», 2010.
13. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура: 10-11 класс. - М.: «Просвещение», 2012.

Календарно-тематическое планирование 136 часов 1год обучения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
1.	Правила техники безопасности. Водная тренировка. Подвижная игра «Мяч капитану»	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом	2	1 учебная неделя		
2.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и	1	1 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.				
3.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития гандбола.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	1 учебная неделя		
4.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и	1	2 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		т.п.) без мяча и с мячом.				
5.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	2 учебная неделя		
6.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 6*6	1	2 учебная неделя		
7.	ОРУ. Действие	Стойка и передвижения	2	3		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.		учебная неделя		
8.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	3 учебная неделя		
9.	ОРУ. Действие без мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при	2	3 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
10.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	2	4 учебная неделя		
11.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без мяча. Учебная игра 6*6	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со	2	4 учебная неделя		иятие матива: 20 м (с)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6				
12.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	4 учебная неделя		
13.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	5 учебная неделя		
14.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки гандболиста.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом.	2	5 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в гандбол.	Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.				
15.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте Подвижная игра «Салки в тройках» в	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	5 учебная неделя		инятие матива: ночный
16.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (6:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол.	2	6 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Развитие координационных качеств.				
17.	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Ведение мяча в движении. Техника нападения. Учебная игра 7*7	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Учебная игра 7*7.	2	6 учебная неделя		
18.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	6 учебная неделя		
19.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча	2	7 учебная неделя		инятие матива: бжок в ну с та

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.				
20.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	7 учебная неделя		
21.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	7 учебная неделя		
22.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в	1	8 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	вратарём в отрыв. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
23.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	8 учебная неделя		Принятие норматива: высота подскока
24.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	8 учебная неделя		
25.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами	2	9 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	«передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры.	боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»				
26.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита)	2	9 учебная неделя		инятие матива: ъём овища ожения а за 30
27.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)	2	9 учебная неделя		
28.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на	2	10 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	«низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.				
29.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	1	10 учебная неделя		
30.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Тактика	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения,	1	10 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	нападения. Учебная игра 6*6.	после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6				
31.	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	11 учебная неделя		
32.	ОРУ. Учебная игра 6*6.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача.	1	11 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.				
33.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Командные действия нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага – удар по воротам. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	11 учебная неделя		
34.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	1	12 учебная неделя		
35.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками	1	12 учебная неделя		инятие норматива: прыжки на скакалке за 15 сек (раз)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	движении. Учебная игра 6*6.	на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
36.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	2	12 учебная неделя		
37.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости	2	13 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
38.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	13 учебная неделя		
39.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	13 учебная неделя		
40.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли,	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками	1	14 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).				
41.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	14 учебная неделя		
42.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	14 учебная неделя		инятие норматива: отжимание в упоре лежа (раз)
43.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В	1	15 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6				
44.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	15 учебная неделя		
45.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие	1	15 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных способностей.				
46.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.	1	16 учебная неделя		
47.	ОРУ. Учебная игра. Соревнования.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:1) без изменения позиции игроков. Соревнования. Развитие координационных качеств.	2	16 учебная неделя		
48.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Тактика защиты.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым	1	16 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Защита 4x2 (зонная защита). Учебная игра 6*6.				
49.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка гандболиста. Учебная игра 6*6	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Учебная игра 6*6.	1	17 учебная неделя		
50.	ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Зонная защита. Учебная игра.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (zonная защита) игра два на три; три на два.	2	17 учебная неделя		Принятие норматива: передвижения в защитной стойке (с)
51.	ОРУ. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебная игра	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 5*5.	2	17 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	5*5					
52.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	18 учебная неделя		
53.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития гандбола.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	18 учебная неделя		
54.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие	1	18 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.				
55.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	19 учебная неделя		
56.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления	1	19 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 5*5				
57.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	1	19 учебная неделя		
58.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	20 учебная неделя		инятие норматива: скоростное ведение (с, попадание)
59.	ОРУ. Действие без мяча.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча	2	20 учебная		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.		неделя .		
60.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	20 учебная неделя		
61.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение –	1	21 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	мяча. Учебная игра 6*6	бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6				
62.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	21 учебная неделя		
63.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	21 учебная неделя		
64.	ОРУ. Действие без мяча. Техника	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении –	1	22 учебная неделя		инятие норматива: передача

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передвижения. Обучение стойки гандболиста. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в гандбол.	бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.				мяча (с, попадание)
65.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	22 учебная неделя		
66.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после	1	22 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
67.	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Ведение мяча в движении. Техника нападения. Штрафной бросок. Учебная игра 7*7	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 7*7.	1	23 учебная неделя		
68.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и	1	23 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		«выйди». Учебная игра.				
69.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	23 учебная неделя		
70.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра.	1	24 учебная неделя		
71.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и	2	24 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
72.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	24 учебная неделя		инятие норматива: дистанционные броски %
73.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем, подбор. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	25 учебная неделя		
74.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от	2	25 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6				
75.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры «Перестрелка»	2	25 учебная неделя		
76.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	26 учебная неделя		
77.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и	1	26 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	защиты.	высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)				
78.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2	26 учебная неделя		
79.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и	1	27 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
80.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Тактика нападения. Учебная игра 6*6.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	1	27 учебная неделя		инятие норматива: штрафные броски %
81.	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и	1	27 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 5*5.				
82.	ОРУ. Контрольные испытания. Учебная игра 6*6.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	1	28 учебная неделя		
83.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Командные действия нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага - бросок в кольцо. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	1	28 учебная неделя		40 м (с)
84.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов.	1	28 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.				
85.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	29 учебная неделя .		
86.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка	1	29 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.				
87.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	29 учебная неделя		
88.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	30 учебная неделя		Бег 300 м (м)
89.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом	1	30 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
90.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	1	30 учебная неделя		
97.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	33 учебная неделя		
98.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли,	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение	1	33 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.				
99.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	2	33 учебная неделя		
100.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	34 учебная неделя		
101.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техник	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой	1	34 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	а нападения. Учебная игра 6*6	от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
102.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.	1	34 учебная неделя		

Календарно-тематическое планирование 120 часов 2 год обучения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
1.	Правила техники безопасности. Водная тренировка. Подвижная игра «Мяч капитану»	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом	2	02.10		
2.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	04.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
3.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития гандбола.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	04.10		
4.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	09.10		
5.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия	2	09.10 11.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	6*6	(ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
6.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 6*6	1	11.10		
7.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и	2	16.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	от груди. Учебная игра 6*6	соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.				
8.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	18.10		
9.	ОРУ. Действие без мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	18.10 23.10		
10.	ОРУ. Техника передвижения.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача	2	23.10 25.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	– ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»				
11.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без мяча. Учебная игра 6*6	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	2	25.10 30.10		инятие матива: 20 м (с)
12.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-	1	30.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
13.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	01.11		
14.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки гандболиста. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в гандбол.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	2	01.11 06.11		
15.	ОРУ. Действие без мяча. Техника	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок	1	06.11		инятие матива: ночный

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте Подвижная игра «Салки в тройках»	двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
16.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (6:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	08.11		
17.	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Ведение мяча в движении. Техника нападения.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание,	2	13.11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 7*7	выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Учебная игра 7*7.				
18.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	15.11		
19.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	15.11 20.11		инятие матива: шок в ну с та
20.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом.	2	20.11 22.11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.				
21.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	22.11 27.11		
22.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	27.11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
23.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	29.11		Принятие норматива: высота подскока
24.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	04.12		
25.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	2	06.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
26.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита)	2	11.12		инятие матива: ъём овища ожения а за 30
27.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)	2	13.12		
28.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2	18.12		
29.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой	1	20.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	отскоком. Учебная игра 6*6.	рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
30.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Тактика нападения. Учебная игра 6*6.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	1	20.12		
31.	ОРУ. Чередование изученных	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой)	1	25.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
32.	ОРУ. Учебная игра 6*6.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	1	25.12		
33.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Командные	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага – удар по воротам.	1	27.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	действия в нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.				
34.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	1	27.12		
35.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при	1	10.01		инятие норматива: прыжки на скакалке за 15 сек (раз)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		отбиваний им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
36.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	1	10.01		
37.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	15.01		
38.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом	1	15.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
39.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	17.01		
40.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	1	17.01		
41.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от	1	22.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
42.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	22.01		нятие норматива: отжимание в упоре лежа (раз)
43.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	1	24.01		
44.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в	1	24.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.				
45.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	29.01		
46.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым	1	29.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.				
47.	ОРУ. Учебная игра. Соревнования.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:1) без изменения позиции игроков. Соревнования. Развитие координационных качеств.	1	31.01		
48.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Тактика защиты. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Защита 4x2 (зонная защита). Учебная игра 6*6.	1	31.01		
49.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка гандболиста.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком;	1	05.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Учебная игра 6*6.				
50.	ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Зонная защита. Учебная игра.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита) игра два на три; три на два.	1	05.02		Принятие норматива: передвижения в защитной стойке (с)
51.	ОРУ. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебная игра 5*5	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 5*5.	1	07.02		
52.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч	1	07.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		«капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.				
53.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития гандбола.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	12.02		
54.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	12.02		
55.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча	1	14.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра 6*6	двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
56.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 5*5	1	14.02		
57.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом.	1	19.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.				
58.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	19.02		инятие норматива: скоростное ведение (с, попадание)
59.	ОРУ. Действие без мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных	1	21.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	качеств.				
60.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	21.02		
61.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без мяча. Учебная игра 6*6	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	1	26.02		
62.	ОРУ. Техника передвижения.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и	1	26.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
63.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	28.02		
64.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки гандболиста. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	1	28.02		инятие норматива: передача мяча (с, попадание)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	гандбол.					
65.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	04.03		
66.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	04.03		
67.	ОРУ. Личная и общественная гигиена.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении –	1	06.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Ведение мяча в движении. Техника нападения. Штрафной бросок. Учебная игра 7*7	бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 7*7.				
68.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	06.03		
69.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного	1	11.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		мяча. Учебная игра.				
70.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра.	1	11.03		
71.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	13.03		
72.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Техника	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух	1	13.03		инятие норматива: дистанционные броски %

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
73.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем, подбор. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	18.03		
74.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	1	18.03		
75.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами	1	20.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	«передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры.	боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры «Перестрелка»				
76.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	20.03		
77.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)	1	25.03		
78.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка	1	25.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Ловля двумя руками «низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.				
79.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	1	27.03		
80.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без	1	27.03		инятие норматива: штрафные броски %

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передвижения. Тактика нападения. Учебная игра 6*6.	сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6				
81.	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 5*5.	1	01.04		
82.	ОРУ. Контрольные испытания. Учебная игра	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с	1	01.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	6*6.	переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.				
83.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Командные действия нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага - бросок в кольцо. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	1	03.04		40 м (с)
84.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	1	03.04		
85.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте –	1	08.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
86.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	1	08.04		
87.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с	1	10.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
88.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	10.04		Бег 300 м (м)
89.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	15.04		
90.	ОРУ с мячами. Применение	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с	1	15.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).				
97.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	17.04		
98.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	17.04		
99.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после	1	22.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6				
100.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	22.04		
101.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по	1	24.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
102.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.	1	24.04		

Календарно-тематическое планирование 180 часов 3 год обучения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
1.	Правила техники безопасности. Водная тренировка. Подвижная игра «Мяч капитану»	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом	2	02.10		
2.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	04.10		
3.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением	2	04.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	История развития гандбола.	направления движения и скорости. История развития гандбола.				
4.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	09.10		
5.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и	2	09.10 11.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
6.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 6*6	2	11.10		
7.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	2	16.10		
8.	ОРУ. Действие	Ловля и передача мяча.	2	18.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.				
9.	ОРУ. Действие без мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	18.10 23.10		
10.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом.	2	23.10 25.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»				
11.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без мяча. Учебная игра 6*6	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	2	25.10 30.10		инятие матива: 20 м (с)
12.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие	2	30.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных качеств.				
13.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	2	01.11		
14.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки гандболиста. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в гандбол.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	2	01.11 06.11		
15.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная	2	06.11		инятие матива: ночный

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Подвижная игра «Салки в тройках»	игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
16.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (6:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	08.11		
17.	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Ведение мяча в движении. Техника нападения. Учебная игра 7*7	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней	2	13.11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		дистанции. Учебная игра 7*7.				
18.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	15.11		
19.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	15.11 20.11		инятие матива: жок в ну с та
20.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	20.11 22.11		
21.	ОРУ. Техника перемещения по	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в	2	22.11 27.11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
22.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	2	27.11		
23.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем,	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания	2	29.11		Принятие норматива: высота подскока

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	подбор. Учебная игра 6*6.	мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.				
24.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	04.12		
25.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	2	06.12		
26.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с	2	11.12		инятие матива: ъём овища ожения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита)				за 30
27.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)	2	13.12		
28.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2	18.12		
29.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками	2	20.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
30.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Тактика нападения. Учебная игра 6*6.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	2	20.12		
31.	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками	2	25.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
32.	ОРУ. Учебная игра 6*6.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	2	25.12		
33.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Командные действия в нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага – удар по воротам. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных	2	27.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		качеств. Учебная игра 6*6.				
34.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	2	27.12		
35.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	10.01		инятие норматива: прыжки на скакалке за 15 сек (раз)
36.	ОРУ с мячами. Техника	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и	2	10.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебная игра 6*6	выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.				
37.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	15.01		
38.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем,	2	15.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	подбор. Учебная игра 6*6.				
39.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	17.01		
40.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	2	17.01		
41.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание	2	22.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	нападении. Учебная игра 6*6	мяча. Учебная игра 6*6.				
42.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	22.01		инятие норматива: отжимание в упоре лежа (раз)
43.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	2	24.01		
44.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящ	2	24.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		его мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.				
45.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	29.01		
46.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных	2	29.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		качеств.				
47.	ОРУ. Учебная игра. Соревнования.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:1) без изменения позиции игроков. Соревнования. Развитие координационных качеств.	2	31.01		
48.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Тактика защиты. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Защита 4x2 (зонная защита). Учебная игра 6*6.	2	31.01		
49.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка гандболиста. Учебная игра 6*6	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча правой, левой рукой. Учебная игра 6*6.	2	05.02		
50.	ОРУ с мячами. Круговая	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение	2	05.02		Принятие норматива:

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	тренировка. Зонная защита. Учебная игра.	мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита) игра два на три; три на два.				передвижения в защитной стойке (с)
51.	ОРУ. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебная игра 5*5	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 5*5.	2	07.02		
52.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	07.02		
53.	ОРУ. Действие без мяча.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение	2	12.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития гандбола.	мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.				
54.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	12.02		
55.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча	2	14.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
56.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 5*5	2	14.02		
57.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью	2	19.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	6*6	двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.				
58.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	2	19.02		инятие норматива: скоростное ведение (с, попадание)
59.	ОРУ. Действие без мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	21.02		
60.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от	2	21.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»				
61.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без мяча. Учебная игра 6*6	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	2	26.02		
62.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом.	2	26.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
63.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	2	28.02		
64.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки гандболиста. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в гандбол.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	2	28.02		нятие норматива: передача мяча (с, попадание)
65.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении.	2	04.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте Подвижная игра «Салки в тройках» в	Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
66.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	04.03		
67.	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Ведение мяча в движении. Техника нападения. Штрафной бросок.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по	2	06.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 7*7	неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 7*7.				
68.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	06.03		
69.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	11.03		
70.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом.	2	11.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра.				
71.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	13.03		
72.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие	2	13.03		нятие норматива: дистанционные броски %

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных качеств.				
73.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем, подбор. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	2	18.03		
74.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	18.03		
75.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой.	2	20.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Подвижные игры.	Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игра «Перестрелка»				
76.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	2	20.03		
77.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)	2	25.03		
78.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча.	2	25.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Развитие координационных качеств.				
79.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	27.03		
80.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Тактика нападения. Учебная игра 6*6.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в	2	27.03		инятие норматива: штрафные броски %

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6				
81.	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 5*5.	2	01.04		
82.	ОРУ. Контрольные испытания. Учебная игра 6*6.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	2	01.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
83.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Командные действия нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага - бросок в кольцо. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	03.04		40 м (с)
84.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	1	03.04		
85.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по	1	08.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
86.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	1	08.04		
87.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра	1	10.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	6*6	6*6.				
88.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	10.04		Бег 300 м (м)
89.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	15.04		
90.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	1	15.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6					
97.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	17.04		
98.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	17.04		
99.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в	1	22.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	нападении. Учебная игра 6*6	защите и в нападении. Учебная игра 6*6				
100.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	22.04		
101.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	24.04		
102.	ОРУ с мячами. Передачи мяча	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и	2	24.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.				

Содержание

I.	Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 3
1.1.	Пояснительная записка	с. 3
1.2.	Цель и задачи дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 5
1.3.	Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 7
1.3.1	Индивидуальные учебные планы группы	с. 9
1.3.2	Содержание учебных планов группы	с. 10
1.4.	Планируемые результаты дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 15
II.	Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с.16
2.1.	Календарный учебный график	с. 16
2.2.	Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 17
2.3.	Формы подведения итогов реализации (формы аттестации) дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 17
2.4.	Оценочные материалы	с. 18
2.5.	Методические материалы	с. 20
2.6.	Рабочая дополнительная общеразвивающая программа «Гандбол»	с. 20
2.7.	Рабочая программа воспитания дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 21
2.8.	Календарный план воспитательной работы на 2023-2024 учебный год	с. 22
	Список литературы	с. 24
	Нормативно-правовая литература	с. 24
	Литература, использованная при разработке дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»	с. 25

I. Комплекс основных характеристик дополнительной обще развивающей программы «Гандбол»

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа сформирована с учетом: - особенностей реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта в соответствии с требованиями статьи 84 Федерального закона от 29.12.2013 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - требований к физкультурно-оздоровительным и спортивным услугам, обеспечивающим безопасность жизни, здоровья обучающихся, сохранность их имущества, а также методам контроля в соответствии с национальными стандартами; - психофизиологических, возрастных и индивидуальных, в том числе тендерных, особенностей обучающихся; - содержания Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта гандбол, утвержденного приказом Минспорта России от 30.08.2013 г. № 679; - приказа Министерства спорта РФ от 12.02.2019 г. № 90 «Об утверждении государственных требований ВФСК ГТО»

В содержание программы «Гандбол» внесены изменения в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года».

Процесс формирования знаний, умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей учащихся 8 – 15 лет. Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся.

Говоря об интеллектуальном аспекте физического воспитания, следует отметить наличие тесной связи между физическим и умственным развитием, их взаимообусловленность. Процесс усвоения любого, особенно сложного двигательного действия неразрывно связан с активной умственной работой.

Направленность программы – спортивно-оздоровительная

Актуальность программы состоит в том, что особое внимание уделяется укреплению здоровья и закаливанию, всесторонней физической подготовке, развитию координации движений, быстроты, ловкости, гибкости, овладению основами техники игры в гандбол учащихся. Учащиеся учебной группы активно участвует в товарищеских и контрольных играх, турнирах, матчах, соревнованиях.

Программа развивает двигательную активность, быстроту, точность, выносливость, ловкость у учащихся, основывается на тех знаниях, которые учащиеся получают на школьных уроках физкультуры и направлена на общее

развитие детей и формирование умения играть в гандбол на любительском уровне, что позволяет привлечь к занятиям широкий круг учащихся.

Адресат программы

Программа ориентирована на детей младшего и среднего школьного возраста – мальчиков и девочек 8-15 лет.

Спортивная подготовка по виду спорта Гандбол предполагает общеобразовательный уровень физического, интеллектуального, эмоционального и волевого развития, стандартный школьный круг интересов. Мотивация к предметной области внутренняя и внешняя. Наличие способностей не ограничено.

Специальный медицинский допуск к обучению по программе не требуется. Предполагаемый состав групп – до 20 человек.

Зачисление в группу производится при наличии сертификата дополнительного образования, подтвержденного в ИС «Навигатор ДО НСО», предоставления от родителей детей пакета подписанных соответствующих документов (заявление на обучение, согласие на обработку персональных данных, договор).

Психологопедагогические особенности младшего школьного возраста: в младшем школьном возрасте быстро развивается психика ребёнка. Изменяется взаимоотношение процессов возбуждения и торможения: процесс торможения становится более сильным, но по-прежнему младшие школьники в высокой степени возбудимы. Повышается точность работы органов чувств.

Познавательная деятельность младшего школьника проходят в процессе обучения, немаловажное значение имеет и расширение сферы общения. Быстро текущее становление множества новых качеств, которые необходимо сформировать или развивать у школьников, диктуют педагогам строгую целенаправленность всей учебно-воспитательной работы. Восприятие младших школьников отличается неустойчивостью и неорганизованностью, но, в то же время, остротой и свежестью, «созерцательной любознательностью».

Внимание младших школьников непроизвольно, недостаточно устойчиво, ограниченно по объёму, поэтому весь учебный процесс подчинён воспитанию культуры внимания. Произвольное внимание развивается вместе с другими функциями и прежде всего – мотивацией учения, ответственностью за успех учебной деятельности.

Мышление у детей начальной школы развивается во взаимосвязи с речью от эмоционально-образного к абстрактно-логическому. Большую роль в познавательной деятельности играет память. У младшего школьника складываются элементы социальных чувств,рабатываются навыки

общественного поведения (коллективизм, ответственность за поступки, товарищество, взаимопомощь). Младший школьный возраст предоставляет большие возможности для развития нравственных качеств личности. Главная задача возраста - постижение окружающего мира, природы человеческих отношений. Интенсивно формируются почти все интеллектуальные, социальные и нравственные качества, многие из них уже останутся неизменными на протяжении всей жизни.

Педагогическая целесообразность. Федеральный государственный образовательный стандарт требует развитие не только предметных результатов, но и метапредметных, и личностных результатов. В данной программе представлен вариант комплексной игровой деятельности, позволяющий реализовать требования ФГОС во внеурочной деятельности.

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Гандбол» **ориентировано на:**

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, нравственном и интеллектуальном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания учащихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся;
- социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры учащихся.

Отличительные особенности программы заключается в том, что технологии вида спорта «Гандбол» позволяют успешно решать весь комплекс вышеперечисленных задач, являясь единственным средством укрепления здоровья детей и подростков в школе, подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО и подготовки юношей к службе в Вооруженных Силах страны, формируют навыки собственной безопасности в экстремальных ситуациях современного мегаполиса.

Принципы, лежащие в основе программы:

- природосообразности; воспитывающего обучения; научности; связи теории с практикой; систематичности и последовательности; доступности; наглядности; сознательности и активности.

Сроки реализации, адресность программы. Программа рассчитана на трёхгодичный курс обучения для учащихся школы в возрасте от 8 до 15 лет, с различным уровнем физической подготовки, относящихся к основной и подготовительной группам здоровья и имеющим медицинский допуск врача. Занятия по программе «Гандбол» проводятся во второй половине дня.

Количество занятий в неделю

Направления и этапы подготовки	Год обучения	Возраст для зачисления	Кол-во учебных часов в группе
Спортивно-оздоровительное	Весь период 1 год	8–10 лет	6
Начальной подготовки	2 год	11–12 лет	6
Учебно-тренировочный	3 год	13–15 лет	6

Уровень освоения программы – базовый.

Сроки реализации программы – 3 года.

Форма обучения – групповая, индивидуальная.

Язык обучения – русский.

Режим занятий – 4 часа в неделю, с продолжительностью занятия 45 минут.

Наполняемость группы – 14 – 20 человек.

Методы обучения – игровой, соревновательный.

Форма контроля – тестирование, контрольные испытания.

Формы подведения итогов реализации программы дополнительного образования:

- школьные соревнования среди параллелей своих классов
- участие в муниципальных соревнованиях
- участие в зональных и городских соревнованиях.

Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся на свежем воздухе и в зале. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в гандбол.

1.2. Цель и задачи дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

Цель программы: формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «Гандбол».

Программный материал объединен в целостную систему трехлетней оздоровительно-спортивной подготовки и предполагает решение **следующих основных задач:**

- всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;
- укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение безопасности на занятиях;
- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития гандбола в частности;
- формирование общих представлений о гандболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;
- формирование образовательного базиса, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами вида спорта «гандбол»;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;
- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Ожидаемые результаты освоения учащимися программы дополнительного образования оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия в гандбол, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по гандболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории гандбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами гандбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях гандболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в гандбол
- знать гандбольные термины

1.3. Содержание программы.

Физическая культура как область знаний

История и современное развитие физической культуры

История Олимпийских игр и олимпийского движения. История олимпийского движения в России (СССР). Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Физическая культура в современном обществе.

История развития гандбола в мире и России. Успехи российских гандболистов на мировой арене.

Современное представление о физической культуре (основные понятия)

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Основные принципы культуры здорового образа жизни.

Оптимальная двигательная активность, как профилактика заболеваний, укрепление здоровья и профилактика вредных привычек.

Понятие о технико-тактических особенностях вида спорта «гандбол».

Физическая культура человека

Вредные привычки, причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека и его здоровье. Основы профилактики вредных привычек средствами физической культуры (в том числе гандбола).

Положительное влияние занятий гандболом на разностороннее развитие, двигательную активность, психологическую устойчивость, физическую выносливость, а также коммуникативные качества характера человека.

Двигательный режим. Формы индивидуальных занятий физическими упражнениями из арсенала элементов и техники гандбола.

Возможности организации занятий гандболом во время досуга.

Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом (в том числе, гандболом), гигиенические требования к организации этих занятий.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

Организация и планирование самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Самостоятельное составление индивидуальных комплексов для проведения утренней гимнастики.

Обучение умению вести наблюдения за своим здоровьем и индивидуальными показателями физической подготовленности.

Правила самостоятельного подбора упражнений, определение последовательности их выполнения, дозировка.

Самонаблюдение и самоконтроль за индивидуальным развитием.

Организация самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Самостоятельная организация досуга со сверстниками средствами физической культуры и спорта.

Оценка эффективности занятий физической культурой.

Навыки определения степени освоения знаний по технике владения двигательными умениями в области физкультурно-оздоровительной деятельности.

Тестирование уровня физической подготовленности в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, физической подготовленностью обучающихся.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

-Организующие команды и приемы, строевые упражнения.

-Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов; с предметами.

-Комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, в том числе входящих в программу ВФСК «ГТО».

Спортивно-оздоровительная деятельность

Общефизическая подготовка

- Гимнастические упражнения. Упражнения для развития быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, ловкости, выносливости, гибкости.

- Подвижные спортивные игры из различных базовых видов спорта, эстафеты, игры с элементами гандбола, пр.

- Упражнения и комплексы из различных видов спорта (фитнес-аэробики, гимнастики, зимних видов спорта, пр.) для занятий в целях общего оздоровления и реабилитации.

- Занятия гандболом, как средство активного отдыха и укрепления здоровья.

- Восстановительные мероприятия (массаж). Техника выполнения простейших приемов массажа и самомассажа на отдельных участках тела (поглаживание, растирание, разминание).
- Правила и гигиенические требования к проведению сеансов массажа.
- Упражнения для общей физической подготовки.
- Упражнения и комплексы для коррекции веса, фигуры и нарушений осанки.
- Упражнения на развитие силы мышц различных частей тела (спины, груди, живота, ягодиц) с использованием сопротивления собственного веса, гантелей, иного спортивного оборудования в различных исходных положениях – стоя, сидя, лежа. Упражнения на развитие основных качеств игрока в гандбол.
- Специальные упражнения на развитие силы мышц кистей рук и укрепление мышц стоп.
- Комплексы физических упражнений различной направленности с использованием различного спортивного оборудования и без него.
- Техника безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

Гандбол

Технико-тактическая подготовка

-Подбор и выполнение различных вариантов комплексов упражнений специальной подготовки для совершенствования технико-тактических действий игры в гандбол в соответствии с возрастными особенностями и физической подготовленностью обучающихся.

Совершенствование тактики игры в гандбол:

- тактика нападения;
- тактика защиты;
- тактика вратаря.

Техническая подготовка (техника нападения)

- Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.
 - Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой.
 - Ведение мяча с передачами в парах попеременно правой и левой рукой в высоком темпе и с ускорениями.
 - Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении.
 - Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам.
 - Броски правой и левой рукой с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции.

- 7-метровый штрафной бросок (пенальти).
- Технико-тактические связки в парах, тройках, четверках: ведение – передача, ловля – ускорение – передача, ведение – ускорение – бросок по воротам, ловля – обманные действия – бросок по воротам, остановка – ускорение – передача.

- Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой.

- Игра в гандбол 6x6, 7x7.

Тактическая подготовка (тактика защиты)

- Защита 4x2(зонная защита) игра два на три; три на два;
- Защита 1x5(zonная защита) игра три на три; четыре на четыре.

Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении

- Передача мяча вратарём в отрыв.
- Отбивания мяча вратарем, подбор.
- Установка «стенки» при штрафном броске.
- Обводящий «стенку» бросок по воротам.
- Ловля и отбивание вратарем мяча.
- Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).
- Передача вратарем мяча для быстрой контратаки.
- Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки.

Соревновательная деятельность

- Правила игры в гандбол.
- Практика судейства и правила судейства игры в гандбол.
- Игра в гандбол 6x6, 7x7.
- Игра на стандартной площадке полными составами.
- Подготовка и участие в матчевых встречах между классами, первенствах школы, межшкольных соревнованиях по гандболу.
- Правила безопасности в соревновательной деятельности по гандболу.

1.3. Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

1.3.1. Индивидуально учебные планы по 1-3 году обучения.

	1 год	2 год	3 год
--	-------	-------	-------

Программный материал		обучения	обучения	обучения
Теоретическая подготовка		5	4	8
1	Правила техники безопасности при проведении занятий.	2	2	2
2	История рождения и развития гандбола.	1		
3	Режим и питание спортсмена.	1		
4	Личная гигиена и закаливание организма.	1		
5	Основы спортивной тренировки – методы обучения. Морально – волевая, психологическая и тактическая подготовка спортсмена.		1	1
6	Правила соревнований. Судейство соревнований.		1	4
Общая физическая подготовка		48		50
1	Развитие силы	10	10	10
2	Развитие быстроты	10	10	10
3	Развитие выносливости	10	10	15
4	Развитие ловкости	12	10	10
5	Развитие гибкости	6	5	5
Техническая подготовка		40	48	52
1	Стойки гандболиста	4	1	1
2	Перемещения по площадке	6	3	3
3	Ведение мяча	6	8	8
4	Передачи мяча	6	10	14
5	Броски мяча в прыжке	10	12	12
6	Броски по воротам с дальних и средних дистанций	8	14	14
Тактическая подготовка		43	39	70
1	Групповые действия в нападении	10	9	9
2	Командные действия в нападении	11	10	10
3	Групповые действия в защите	12	10	10
4	Командные действия в защите	10	10	10
Тестирование, контрольные испытания		2	2	4
Медико-биологический контроль		1	2	2
Участие в соревнованиях		3	2	25
Итого		136	120	180

1.3.2 Содержание индивидуальных учебных планов групп

Содержание индивидуального учебного плана группы 1-го года обучения при проведении занятий 6 часов в неделю

№ п/п	Название темы	Содержание
1.	Введение	<p><u>Теория</u></p> <p>Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в объединении. Антитеррористические мероприятия и правила антитеррористической безопасности – беседа. Общие сведения о шахматах.</p> <p><u>Практика</u></p> <p>Повторение и закрепление информации. <u>Формы контроля</u> Беседа (закрепление пройденного материала). Дополнительно: Выяснение анкетных данных детей и их родителей, занесение этих сведений в журнал.</p>
2.	История и современное развитие физической культуры	<p>История развития гандбола. Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Выдающиеся достижения гандболистов на Олимпийских играх. Гандбол в современном обществе. История развития гандбола в мире и России. Успехи российских гандболистов на мировой арене.</p>
3.	Технико- тактическая подготовка .	<p>-Подбор и выполнение различных вариантов комплексов упражнений специальной подготовки для совершенствования технико-тактических действий игры в гандбол в соответствии с возрастными особенностями и физической подготовленностью обучающихся.</p> <p><i>Совершенствование тактики игры в гандбол:</i></p>

		<ul style="list-style-type: none"> - тактика нападения; - тактика защиты; - тактика вратаря
4.	Техническая подготовка (техника нападения)	<p>Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. - Ведение мяча с передачами в парах попеременно правой и левой рукой в высоком темпе и с ускорениями. - Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. - Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. - Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. - 7-метровый штрафной бросок (пенальти). - Технико-тактические связки в парах, тройках, четверках: ведение – передача, ловля – ускорение – передача, ведение – ускорение – бросок по воротам, ловля – обманные действия – бросок по воротам, остановка – ускорение – передача. - Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. - Игра в гандбол 6х6, 7х7.
5.	Тактическая подготовка (тактика защиты)	<ul style="list-style-type: none"> - Защита 4x2(зонная защита) игра два на три; три на два; - Защита 1x5(зонная защита) игра три на три; четыре на четыре.

6.	Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении	<ul style="list-style-type: none"> - Передача мяча вратарём в отрыв. - Отбивания мяча вратарем, подбор. - Установка «стенки» при штрафном броске. - Обводящий «стенку» бросок по воротам. - Ловля и отбивание вратарем мяча. - Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). - Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. - Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки.
7.	Соревновательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - Правила игры в гандбол. - Практика судейства и правила судейства игры в гандбол. - Игра в гандбол 6x6, 7x7. - Игра на стандартной площадке полными составами. - Подготовка и участие в матчевых встречах между классами, первенствах школы, межшкольных соревнованиях по гандболу. - Правила безопасности в соревновательной деятельности по гандболу.
8.	Итоговое занятие	<p><u>Теория</u> <u>Практика</u></p> <p>Проводится в форме соревнования внутри объединения.</p> <p><u>Формы контроля</u> Игровая практика</p>

**Содержание индивидуального учебного плана группы 2-го года обучения
при проведении занятий 4 часов в неделю**

№ п/п	Название темы	Содержание

1.	Введение	<p><u>Теория</u></p> <p>Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в объединении. Антитеррористические мероприятия и правила антитеррористической безопасности – беседа. Общие сведения о шахматах.</p> <p><u>Практика</u></p> <p>Повторение и закрепление информации. <u>Формы контроля</u></p> <p>Беседа (закрепление пройденного материала). Дополнительно: Выяснение анкетных данных детей и их родителей, занесение этих сведений в журнал.</p>
2.	Технико-тактическая подготовка .	<p>-Подбор и выполнение различных вариантов комплексов упражнений специальной подготовки для совершенствования технико-тактических действий игры в гандбол в соответствии с возрастными особенностями и физической подготовленностью обучающихся.</p> <p><i>Совершенствование тактики игры в гандбол:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - тактика нападения; - тактика защиты; - тактика вратаря
3.	Техническая подготовка (техника нападения) -	<p>Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. - Ведение мяча с передачами в парах попеременно правой и левой рукой в высоком темпе и с ускорениями. - Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. - Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. - Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. - 7-метровый штрафной бросок (пенальти).

		<ul style="list-style-type: none"> - Технико-тактические связки в парах, тройках, четверках: ведение – передача, ловля – ускорение – передача, ведение – ускорение – бросок по воротам, ловля – обманные действия – бросок по воротам, остановка – ускорение – передача. - Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. - Игра в гандбол 6х6, 7х7.
4.	Тактическая подготовка (тактика защиты)	<ul style="list-style-type: none"> - Защита 4х2(зонная защита) игра два на три; три на два; - Защита 1х5(зонная защита) игра три на три; четыре на четыре.
5.	Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении	<ul style="list-style-type: none"> - Передача мяча вратарём в отрыв. - Отбивания мяча вратарем, подбор. - Установка «стенки» при штрафном броске. - Обводящий «стенку» бросок по воротам. - Ловля и отбивание вратарем мяча. - Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). - Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. - Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки.
6.	Соревновательная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> - Правила игры в гандбол. - Практика судейства и правила судейства игры в гандбол. - Игра в гандбол 6х6, 7х7. - Игра на стандартной площадке полными составами. - Подготовка и участие в матчевых встречах между классами, первенствах школы, межшкольных соревнованиях по гандболу. - Правила безопасности в соревновательной деятельности по гандболу.

7.	Итоговое занятие	<p><u>Теория</u></p> <p><u>Практика</u></p> <p>Проводится в форме соревнования внутри объединения.</p> <p><u>Формы контроля</u></p> <p>Игровая практика</p>

Содержание индивидуального учебного плана группы 3-го года обучения при проведении занятий 4 часов в неделю

№ п/п	Название темы	Содержание
1.	Введение	<p><u>Теория</u></p> <p>Знакомство с учащимися.</p> <p>Инструктаж по технике безопасности.</p> <p>Правила поведения в объединении.</p> <p>Антитеррористические мероприятия и правила антитеррористической безопасности – беседа.</p> <p>Общие сведения о шахматах.</p> <p><u>Практика</u></p> <p>Повторение и закрепление информации.</p> <p><u>Формы контроля</u></p>

		<p>Беседа (закрепление пройденного материала). Дополнительно: Выяснение анкетных данных детей и их родителей, занесение этих сведений в журнал.</p>
2.	Технико-тактическая подготовка .	<p>-Подбор и выполнение различных вариантов комплексов упражнений специальной подготовки для совершенствования технико-тактических действий игры в гандбол в соответствии с возрастными особенностями и физической подготовленностью обучающихся.</p> <p><i>Совершенствование тактики игры в гандбол:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - тактика нападения; - тактика защиты; - тактика вратаря
3.	Техническая подготовка (техника нападения) -	<p>Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. - Ведение мяча с передачами в парах попеременно правой и левой рукой в высоком темпе и с ускорениями. - Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. - Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. - Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. - 7-метровый штрафной бросок (пенальти). - Технико-тактические связки в парах, тройках, четверках: ведение – передача, ловля – ускорение – передача, ведение – ускорение – бросок по воротам, ловля – обманные действия – бросок по воротам, остановка – ускорение – передача. - Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя

		на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. - Игра в гандбол 6х6, 7х7.
4.	Тактическая подготовка (тактика защиты)	- Защита 4х2(зонная защита) игра два на три; три на два; - Защита 1х5(зонная защита) игра три на три; четыре на четыре.
5.	Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении	- Передача мяча вратарём в отрыв. - Отбивания мяча вратарем, подбор. - Установка «стенки» при штрафном броске. - Обводящий «стенку» бросок по воротам. - Ловля и отбивание вратарем мяча. - Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). - Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. - Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки.
6.	Соревновательная деятельность	- Правила игры в гандбол. - Практика судейства и правила судейства игры в гандбол. - Игра в гандбол 6х6, 7х7. - Игра на стандартной площадке полными составами. - Подготовка и участие в матчевых встречах между классами, первенствах школы, межшкольных соревнованиях по гандболу. - Правила безопасности в соревновательной деятельности по гандболу.

7.	<p>Итоговое занятие</p> <p><u>Теория</u> <u>Практика</u> Проводится в форме соревнования внутри объединения. <u>Формы контроля</u> Игровая практика</p>
----	--

1.4 Планируемые результаты дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

В ходе реализации программы дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Гандбол» обучающиеся должны усвоить и применять на практике к концу

1 года обучения

Учащиеся должны знать:

- историю развития гандбола;
- правила закаливания и личной гигиены;

Учащиеся должны уметь:

- работать с мячом в парах;
- выполнять ведение мяча;
- выполнять ловлю и передачу мяча;
- выполнять бросок мяча в ворота.

2 года обучения

Учащиеся должны знать:

- правила игры в гандбол;
- основные понятия и термины в теории и методике гандбола;

Учащиеся должны уметь:

- владеть умением передачи мяча в движении с сопротивлением;
- владеть умением ведения мяча с сопротивлением;
- выполнять бросок мяча со штрафной отметки на результат;
- выполнять бросок мяча в движении с защитником;
- играть в учебной игре.

3 года обучения

Учащиеся должны знать:

- правила игры в гандбол с применением в судействе;
- оказание первой доврачебной помощи.

Учащиеся должны уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия в игре, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий спортом.

II. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график оформляется приложением к рабочей дополнительной общеразвивающей программе и составляется ежегодно для каждой учебной группы.

Общие данные о календарном учебном году

Начало учебного года	01 октября текущего учебного года	
Окончание учебного года	31 мая текущего учебного года	
Организационный период	с 01 по 07 сентября текущего года	
Организация объединения в каникулярное время	работы	школьное
В дни школьных каникул (осенних, зимних и весенних) работа по освоению программы осуществляется по расписанию (возможно изменение расписания, перенос занятий на другие дни и удобное для учащихся время)		
Количество учебных недель	30 недель	

* возможны изменения в связи с эпидемиологической ситуацией в городе

Форма календарного учебного графика

Педагог д/о: Трубин Денис Викторович

Объединение «Гандбол»

Первый год обучения (дети _____ лет)

Группа: № _____

Одно занятие в неделю: день недели – один (два, три) академических часа.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля	Примечания

2.2.Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

Материально-техническое обеспечение программы

Овладевать необходимыми знаниями, умениями и навыками в процессе реализации программы учащимся помогают средства обучения.

1. Ворота,
2. Гандбольные мячи
3. Стойки конусы
4. Гимнастическая стенка
5. Мячи набивные
6. Рулетка
7. Секундомер
8. Гимнастические скамейки
9. Гимнастические маты
10. Скалки
11. Аптечка

Кадровое обеспечение программы

Занятия проводит педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории Трубин Денис Викторович. Образование высшее педагогическое. Педагогический стаж – 16 лет.

2.3 Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол» (формы аттестации)

Диагностика уровня обученности, развития и воспитанности учащихся осуществляется с помощью бесед, метода включенного педагогического наблюдения, соревнований — турниров. Диагностика проводится как в течение учебного процесса, так и во время подготовки к соревнованиям.

Формы подведения итогов: в виде участия в турнирах учащихся внутри объединения. В виде итогового занятия, которое проходит обычно в форме турнира с записью партии.

Степень освоения программы учащимися - разная. Иногда просто участие в соревнованиях - это уже результат.

Ожидаемый результат реализации воспитательных, социально-педагогических и здоровьесберегающих задач программы – это положительные психические изменения, изменения в уровне культуры поведения, коммуникативности, бережное, правильное отношение к своему здоровью.

2.4 Оценочные материалы Тестирование и контрольные испытания Специальная физическая подготовка гандболистов

Год обучения	Высота подскока (см)		Бег 20 м (с)		Бег 40 с (м)		Бег 300 м (мин)	
	мальчик и	девочки	мальчик и	девочки	мальчик и	девочки	мальчик и	девочки
1 – й год	30	28	4,2	4,5	4 п 15	4 п	1,16	1,20
2 – й год	32	32	4,0	4,3	5 п	4 п 20	1,07	1,15
3 – й год	35	35	3,9	4,0	5 п 20	5 п 10	55,5	1,00

Техническая подготовка гандболистов

Год обучения	Передвижение в защитной	Скоростное ведение	Передача мяча	Дистанционные броски	Штрафные броски (%)
--------------	-------------------------	--------------------	---------------	----------------------	---------------------

ия	стойке (с)		(с, попадания)		(с, попадания)		(%)			
	мальчи ки	девоч ки	мальчи ки	девоч ки	мальчи ки	девоч ки	мальчи ки	девоч ки	мальчи ки	девоч ки
1 год	10,1	10,3	15,0	15,3	14,2	14,5	28	28	30	30-
2 год	10,0	10,2	14,9	15,1	14,0	14,4	30	30	35	35
3 год	9,8	10	14,7	15,0	14,0	14,3	35	35	50	45

Возрастные контрольные испытания

	Контрольные испытания	11-14 лет		15-16 лет		16-17 лет	
		юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
1.	Челночный бег 3 х 10 м (сек.)	8.8	10.0	7.9	9.2	7.2	8.1
2.	Прыжок в длину с места (см.)	146	137	168	156	210	178
3.	Прыжки на скакалке за 15 сек (раз)	28	29	30	31	31	33
4.	Подъем туловища из положения лежа за 30 сек (раз)	15	14	17	16	20	19
5.	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	5		7		10	
6.	Отжимание в упоре лежа (раз)		10		12		14

2.5. Методические материалы

Принципы, положенные в основу учебно-воспитательного процесса по программе «Гандбол». При организации учебно-тренировочных занятий педагог руководствуется следующими принципами:

- систематичности и последовательности – содержание обучения и учебно-тренировочный процесс должны подчиняться определенной логике, быть связанными и систематизированными;
- сознательности и активности – учащиеся должны осознанно усваивать знания и приобретать умения в процессе практической деятельности;
- доступности – содержание, объем изучаемого материала и методы его изучения соответствуют уровню интеллектуального и физического развития учащихся;
- связи теории с практикой – изучение теоретического материала осуществляется в тесной связи с раскрытием важнейших путей его использования в жизни.

Педагогические технологии, используемые при реализации программы

Технологический подход в образовании способствует решению проблемы согласования целей, средств и методов учебного процесса. Соответственно, его реализация требует от педагога дополнительного образования внедрения разнообразных подходов к организации учебно-познавательной деятельности. Использование широкого спектра образовательных технологий дает возможность педагогу продуктивно использовать учебное время и добиваться высоких результатов обучения.

При реализации дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол» применяются следующие образовательные технологии:

- технология проблемного обучения;
- технология развития критического мышления;
- игровая технология;
- информационно-коммуникационная технология.

Методы обучения, применяемые при реализации программы «Гандбол».

В работе с учащимися используются:

- словесные методы:
- ✓ рассказ;
- ✓ беседа;

- методы наглядного восприятия:
 - ✓ демонстрация упражнений, действий,
 - ✓ изучение и анализ содержания плакатов, пособий, игровой доски для корректировки игры;
- практические методы:
 - ✓ игра (учебные, тренировочные и тематические игры между учащимися и педагогом, а также совместные тренировки);
 - ✓ конкурсы решения комбинаций, задач, схем на гандбольном поле;
 - ✓ участие в личных и командных соревнованиях различного уровня;
 - ✓ сеансы одновременной игры;
 - ✓ совместный и самостоятельный анализ собственных игр и игр других команд;
 - ✓ работа с гандбольной литературой.

Программа обучения состоит из трех частей: учебно-теоретическая; практическая; досуговая.

Основная форма организации и проведения занятий - систематические учебно-тренировочные занятия и соревнования. Также регулярно проводятся:

- зачёты с последующим объявлением результатов и их анализом;
- показательные выступления;
- досуговые мероприятия (день именинника, встреча с интересными людьми и спортсменами).

Алгоритм учебного занятия:

Структура занятия является примерной и может меняться в зависимости от темы, цели и задач.

Вводная часть: организационный момент, настрой на занятие, актуализация имеющихся знаний.

Основная часть занятия. Содержание основной части соответствует задачам программы. На эту часть приходится основная физическая нагрузка всего занятия. В нее входит теоретическая часть, практическая часть, игра в парах и тройках.

Повторение. Повторение ключевых положений игровых моментов, подведение итогов занятия.

2.6. Рабочая дополнительная общеразвивающая программа «Гандбол»

В условиях ограниченного времени пребывания детей в лицее в закрепленных кабинетах, длительность перемены предусматривает передвижение педагога из кабинета в кабинет от 5 до 15 минут. Продолжительность занятий составляет 45 минут.

В каждом кабинете установлен антисептик для рук, кожный антисептик или санитайзер — тип дезинфицирующего средства, который используется для предотвращения передачи патогенных микроорганизмов, а также для соблюдения элементарных правил гигиены для индивидуальной обработки рук.

В период распространения вирусной инфекции учащимся и педагогам дважды меряется температура: на начало и конец учебного дня, родители в МАОУ НГПЛ не допускаются.

2.7. Рабочая программа воспитания дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

Цель: личностное саморазвитие учащихся через моделирование культурно-образовательного пространства на занятиях гандболом.

Особенности организуемого воспитательного процесса в детском образовательном объединении

В соответствии с концепцией развития дополнительного образования для формирования у учащихся общероссийской гражданской идентичности, патриотизма и гражданской ответственности необходимо усиление воспитательной составляющей и организация воспитательного процесса на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей российского общества и государства.

Воспитание - это социально-педагогический процесс, поддерживающий развитие человека, общества и государства. Процесс воспитания основывается на следующих принципах взаимодействия педагога и учащихся:

- Актуальной задачей на сегодняшний день является воспитание будущего патриота своей страны.

- Ключевой фигурой воспитания в детском образовательном объединении является педагог дополнительного образования, реализующий по отношению к детям защитную, личностно развивающую, организационную, посредническую (в разрешении конфликтов) функции.

- Неукоснительное соблюдение законности и прав семьи и ребенка, соблюдения конфиденциальности информации о ребенке и семье, приоритета безопасности ребенка - ориентир на создание психологически комфортной среды для каждого ребенка и установление доброжелательных и товарищеских взаимоотношений;

Игра в гандбол тренирует стратегическое мышление, развивает все человеческие качества, что позволяет развить навыки планирования в обычной жизни. При развитом стратегическом мышлении человеку становится понятным, что любовь к родине - это необходимое условие жизни и развития нашего общества.

Виды, формы и содержание деятельности

Проблемно-ценное общение - вид деятельности, направленный на развитие коммуникативных компетенций школьников, воспитание у них культуры общения, развитие умений слушать и слышать других, уважать чужое мнение и отстаивать свое собственное, терпимо относиться к разнообразию взглядов людей.

В свою очередь игровая деятельность направлена на раскрытие творческого, умственного и физического потенциала школьников, развитие у них навыков конструктивного общения, умений работать в команде.

Воспитание на занятиях по гандболу осуществляется преимущественно через вовлечение учащихся в образовательный процесс, обучения игре в гандбол и непосредственное погружение в интересную и полезную для них спортивную игру в гандбол, которая предоставляет им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения.

Формы воспитания — это способы организации воспитательного процесса, способы целесообразной организации коллективной и индивидуальной деятельности учащихся.

Среди всех форм воспитательной работы коллективные творческие дела обладают объективными наибольшими воспитательными возможностями, так как они:

- предоставляют возможность каждому ребенку внести свой личный вклад в общую работу, проявить свои личностные качества;
- обеспечивают активную реализацию и обогащение личного и коллективного опыта;
- способствуют укреплению коллектива, его структуры, содействуют разнообразию и мобильности внутриколлективных связей и отношений;
- эмоционально привлекательны для ребят, позволяют опираться на значимые для них содержание и способы организации деятельности в самых разных ситуациях воспитательного процесса.

Планируемые результаты и формы их проявления

Критерием, на основе которого осуществляется данный анализ, является динамика личностного развития учащихся.

Способом получения информации о результатах воспитания, социализации и саморазвития учащихся является педагогическое наблюдение.

Внимание педагога сосредотачивается на следующих вопросах: какие прежде существовавшие проблемы личностного развития школьников удалось решить за минувший учебный год; какие проблемы решить не удалось и почему; какие новые проблемы появились и как их оперативно устраниТЬ.

Результаты воспитательного процесса:

- наличие в группе позитивных эмоций и доверительных отношений друг к другу;
- традиции, задающие социально значимые формы поведения.
- готовность к внутреннему самосовершенствованию, к самореализации себя в жизни;
- объективная самооценка у учащихся
- личностный рост (дисциплинированность, самообладание, выдержка, уважения чужого мнения);

2.8. Календарный план воспитательной работы

№ п/ п	Направления воспитательно й работы	Название мероприяти я, события, форма его проведения	Цель	Краткое содержани е	Сроки провод ения	Ответ ствен ный испол нител ь
1	Организацион но - воспитательно е	Посвящени е в гандболист ы (1г.обуч.) Праздник	Сплочение коллектива	Праздник	октябр ь	Труби нД.В.
2	Физкультурно — оздоровительн ое	Первенство школы Соревнован ие	Популяризация га ндбала. Содействие физическому развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	октябр ь	
3	Организацион но - воспитательно е	Гандбольны е баталии	Сплочение коллектива	Чтение эссе	октябр ь	
4	Физкультурно —	Дружеские встречи с	Популяризация гандбола.	Турнир	октябр ь	

	оздоровительное	командами района	Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.		
5	Физкультурно – оздоровительное	Игры по параллелям	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	ноябрь
6	Физкультурно – оздоровительное	Игры по параллелям II этап. Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	декабрь
7	Физкультурно – оздоровительное	Рождественский турнир. Праздник. Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Праздник. Турнир	январь
8	Физкультурно – оздоровительное	Игры по параллелям III этап. Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	февраль
9	физкультурно – оздоровительное	Рыцарский турнир. Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию.	Турнир	февраль

			Выявление юных талантов.		
10	Организационно – воспитательное, физкультурно – оздоровительное	Экскурсия. Турнир	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Экскурсия. Турнир	февраль
11	Физкультурно – оздоровительное	фестиваль спорта по гандболу	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	март
12	Физкультурно – оздоровительное	Сдача норм ГТО Соревнование	Популяризация гандбола . Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	март, апрель
13	Физкультурно – оздоровительное	Открытый кубок «Гагарина» Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	апрель
19	Физкультурно – оздоровительное	Турнир Победы. Соревнование	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов	Турнир	май

20	Физкультурно – оздоровительное	Экскурсия. Товарищеский турнир	Популяризация гандбола. Содействие интеллектуальному развитию. Выявление юных талантов.	Турнир	май	
----	--------------------------------	--------------------------------	---	--------	-----	--

Список использованной литературы

Нормативно-правовая литература

1. Конституция Российской Федерации (от 12.12.1993 с изм. 01.07.2020);
2. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности РФ»;
4. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
5. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ-273);
6. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
7. Федеральный закон от 30.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ-127);
8. Федеральный закон «О российском движении детей и молодежи» от 14.07.2022 №261-ФЗ (далее- ФЗ-261);
9. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
10. Стrатегическое направление в области цифровой трансформации образования, относящейся к сфере деятельности Министерства просвещения Российской Федерации (утв. распоряжением Правительства РФ от 02.12.2021 № 3427);

11. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678) (далее - Концепция);

12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

13. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

14. Федеральные проекты «Цифровая образовательная среда», «Современная школа», «Патриотическое воспитание» (2020);

15. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

16. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

17. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее- Целевая модель);

18. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 5.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

19. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

20. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

21. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок).

22. Концепция развития креативных индустрий в Новосибирской области (утв. постановлением Правительства НСО от 08.06.2021 № 212-П).

23. Устав МБУДО ДТ «Октябрьский»;

24. Программа развития МБУДО ДТ «Октябрьский» на 2020-2025 годы;

25. Рабочая программа воспитания МБУДО ДТ «Октябрьский» на 2021-2023 годы.

Методические рекомендации:

1. Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы (включая разноуровневые и модульные): методические рекомендации по разработке и реализации. – 3-е изд., изм. и дополн. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ, 2023. – 78 с.;

2. Методические рекомендации по разработке адаптированных дополнительных общеобразовательных программ и дополнительных общеобразовательных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в рамках инклюзивных групп / сост. М. А. Логинова. – 2-е изд. изм. – Новосибирск: ГАУ ДО НСО «ОЦРТДиЮ», РМЦ ДОД, 2023. – 59 с.

Литература, использованная при разработке дополнительной общеразвивающей программы «Гандбол»

Методическое обеспечение

1. Борисов Э.Л, Ратианидзе А.Л., Тузиков А.А. «Методические основы тренировочного процесса по гандболу в СДЮСШОР. Методическое пособие» М. 2013г.

2. Игнатьева В.Я., Максимов В.С., Петрачева И.В. «Гандбол. Программа для ДЮСШ, СДЮШОР» М., 2008г.

3. Игнатьева В.Я. «Юный гандболист», изд. «С.Принт», 2011г.

4. Клусов Н.П. «Тактика гандбола», изд. «Физкультура и спорт» 2009г.

5. Лавров А.К., Учебная программа Гандбол: для ДЮСШ и ДЮСШОР. 2010

6. Максимов В.С. «Пособие для тренеров, преподавателей и студентов ИФК», «МГДТДиЮ», 2020г

7. Ратианидзе А.Л., Борисов Э.Л. «Обучение и тренировка гандбольного вратаря» М. 2011г.

8. Ратианидзе А.Л., Марищук В.Л. «Игра гандбольного вратаря» М., ФиС 2014г.

9. Соколов В.Н. Методика начального обучения в гандболе. Издательство: РГПУ им. А.И. Герцена.2019 г

10. Тхорев В.И., Максимов В.С. и др. «Примерная программа для спортивно-оздоровительных групп ДЮСШ» М., 2012г.

11. Шестаков М.П., Шестаков И.Г. Гандбол. Тактическая подготовка. Издательство: М. СпортАкадем Пресс. 2001г.

12. Лях В.И, Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания для учащихся 1-11 классов средней общеобразовательной школы. М.: «Просвещение», 2010.

13. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура: 10-11 класс. - М.: «Просвещение», 2012.

Календарно-тематическое планирование 136 часов 1год обучения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
1.	Правила техники безопасности. Водная тренировка. Подвижная игра «Мяч капитану»	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом	2	1 учебная неделя		
2.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и	1	1 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.				
3.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития гандбола.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	1 учебная неделя		
4.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и	1	2 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		т.п.) без мяча и с мячом.				
5.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	2 учебная неделя		
6.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 6*6	1	2 учебная неделя		
7.	ОРУ. Действие	Стойка и передвижения	2	3		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.		учебная неделя		
8.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	3 учебная неделя		
9.	ОРУ. Действие без мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при	2	3 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
10.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	2	4 учебная неделя		
11.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без мяча. Учебная игра 6*6	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со	2	4 учебная неделя		иятие матива: 20 м (с)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6				
12.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	4 учебная неделя		
13.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	5 учебная неделя		
14.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки гандболиста.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом.	2	5 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в гандбол.	Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.				
15.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	5 учебная неделя		инятие матива: ночный
16.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (6:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол.	2	6 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Развитие координационных качеств.				
17.	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Ведение мяча в движении. Техника нападения. Учебная игра 7*7	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Учебная игра 7*7.	2	6 учебная неделя		
18.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	6 учебная неделя		
19.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча	2	7 учебная неделя		инятие матива: бжок в ну с та

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.				
20.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	7 учебная неделя		
21.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	7 учебная неделя		
22.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в	1	8 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	вратарём в отрыв. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
23.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	8 учебная неделя		Принятие норматива: высота подскока
24.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	8 учебная неделя		
25.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами	2	9 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	«передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры.	боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»				
26.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита)	2	9 учебная неделя		инятие матива: ъём овища ожения а за 30
27.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)	2	9 учебная неделя		
28.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на	2	10 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	«низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.				
29.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	1	10 учебная неделя		
30.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Тактика	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения,	1	10 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	нападения. Учебная игра 6*6.	после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6				
31.	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	11 учебная неделя		
32.	ОРУ. Учебная игра 6*6.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача.	1	11 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.				
33.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Командные действия нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага – удар по воротам. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	11 учебная неделя		
34.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	1	12 учебная неделя		
35.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками	1	12 учебная неделя		инятие норматива: прыжки на скакалке за 15 сек (раз)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	движении. Учебная игра 6*6.	на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
36.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	2	12 учебная неделя		
37.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости	2	13 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
38.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	13 учебная неделя		
39.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	13 учебная неделя		
40.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли,	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками	1	14 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).				
41.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	14 учебная неделя		
42.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	14 учебная неделя		инятие норматива: отжимание в упоре лежа (раз)
43.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В	1	15 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6				
44.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	15 учебная неделя		
45.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие	1	15 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных способностей.				
46.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.	1	16 учебная неделя		
47.	ОРУ. Учебная игра. Соревнования.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:1) без изменения позиции игроков. Соревнования. Развитие координационных качеств.	2	16 учебная неделя		
48.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Тактика защиты.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым	1	16 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Защита 4x2 (зонная защита). Учебная игра 6*6.				
49.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка гандболиста. Учебная игра 6*6	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Учебная игра 6*6.	1	17 учебная неделя		
50.	ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Зонная защита. Учебная игра.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (zonная защита) игра два на три; три на два.	2	17 учебная неделя		Принятие норматива: передвижения в защитной стойке (с)
51.	ОРУ. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебная игра	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 5*5.	2	17 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	5*5					
52.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	18 учебная неделя		
53.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития гандбола.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	18 учебная неделя		
54.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие	1	18 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.				
55.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	19 учебная неделя		
56.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления	1	19 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 5*5				
57.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	1	19 учебная неделя		
58.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	20 учебная неделя		инятие норматива: скоростное ведение (с, попадание)
59.	ОРУ. Действие без мяча.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча	2	20 учебная		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.		неделя .		
60.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	20 учебная неделя		
61.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение –	1	21 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	мяча. Учебная игра 6*6	бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6				
62.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	21 учебная неделя		
63.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	21 учебная неделя		
64.	ОРУ. Действие без мяча. Техника	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении –	1	22 учебная неделя		инятие норматива: передача

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передвижения. Обучение стойки гандболиста. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в гандбол.	бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.				мяча (с, попадание)
65.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	22 учебная неделя		
66.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после	1	22 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
67.	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Ведение мяча в движении. Техника нападения. Штрафной бросок. Учебная игра 7*7	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 7*7.	1	23 учебная неделя		
68.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и	1	23 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		«выйди». Учебная игра.				
69.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	23 учебная неделя		
70.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра.	1	24 учебная неделя		
71.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и	2	24 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
72.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	24 учебная неделя		инятие норматива: дистанционные броски %
73.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем, подбор. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	25 учебная неделя		
74.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от	2	25 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6				
75.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры «Перестрелка»	2	25 учебная неделя		
76.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	26 учебная неделя		
77.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и	1	26 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	защиты.	высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)				
78.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2	26 учебная неделя		
79.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и	1	27 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
80.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Тактика нападения. Учебная игра 6*6.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	1	27 учебная неделя		инятие норматива: штрафные броски %
81.	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и	1	27 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 5*5.				
82.	ОРУ. Контрольные испытания. Учебная игра 6*6.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	1	28 учебная неделя		
83.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Командные действия нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага - бросок в кольцо. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	1	28 учебная неделя		40 м (с)
84.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов.	1	28 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.				
85.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	29 учебная неделя .		
86.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка	1	29 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.				
87.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	29 учебная неделя		
88.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	30 учебная неделя		Бег 300 м (м)
89.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом	1	30 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
90.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	1	30 учебная неделя		
97.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	33 учебная неделя		
98.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли,	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение	1	33 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.				
99.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	2	33 учебная неделя		
100.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	34 учебная неделя		
101.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техник	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой	1	34 учебная неделя		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	а нападения. Учебная игра 6*6	от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
102.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.	1	34 учебная неделя		

Календарно-тематическое планирование 120 часов 2 год обучения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
1.	Правила техники безопасности. Водная тренировка. Подвижная игра «Мяч капитану»	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом	2	02.10		
2.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	04.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
3.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития гандбола.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	04.10		
4.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	09.10		
5.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия	2	09.10 11.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	6*6	(ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
6.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 6*6	1	11.10		
7.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и	2	16.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	от груди. Учебная игра 6*6	соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.				
8.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	18.10		
9.	ОРУ. Действие без мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	18.10 23.10		
10.	ОРУ. Техника передвижения.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача	2	23.10 25.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	– ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»				
11.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без мяча. Учебная игра 6*6	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	2	25.10 30.10		инятие матива: 20 м (с)
12.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-	1	30.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
13.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	01.11		
14.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки гандболиста. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в гандбол.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	2	01.11 06.11		
15.	ОРУ. Действие без мяча. Техника	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок	1	06.11		инятие матива: ночный

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте Подвижная игра «Салки в тройках»	двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
16.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (6:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	08.11		
17.	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Ведение мяча в движении. Техника нападения.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание,	2	13.11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 7*7	выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Учебная игра 7*7.				
18.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	15.11		
19.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	15.11 20.11		инятие матива: шок в ну с та
20.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом.	2	20.11 22.11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.				
21.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	22.11 27.11		
22.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	27.11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
23.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	29.11		Принятие норматива: высота подскока
24.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	04.12		
25.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	2	06.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
26.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита)	2	11.12		инятие матива: ъём овища ожения а за 30
27.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)	2	13.12		
28.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2	18.12		
29.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой	1	20.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	отскоком. Учебная игра 6*6.	рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
30.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Тактика нападения. Учебная игра 6*6.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	1	20.12		
31.	ОРУ. Чередование изученных	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой)	1	25.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
32.	ОРУ. Учебная игра 6*6.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	1	25.12		
33.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Командные	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага – удар по воротам.	1	27.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	действия в нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.				
34.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	1	27.12		
35.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при	1	10.01		инятие норматива: прыжки на скакалке за 15 сек (раз)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		отбиваний им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
36.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	1	10.01		
37.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	15.01		
38.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом	1	15.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
39.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	17.01		
40.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	1	17.01		
41.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от	1	22.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
42.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	22.01		нятие норматива: отжимание в упоре лежа (раз)
43.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	1	24.01		
44.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в	1	24.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.				
45.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	29.01		
46.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым	1	29.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.				
47.	ОРУ. Учебная игра. Соревнования.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:1) без изменения позиции игроков. Соревнования. Развитие координационных качеств.	1	31.01		
48.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Тактика защиты. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Защита 4x2 (зонная защита). Учебная игра 6*6.	1	31.01		
49.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка гандболиста.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком;	1	05.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Учебная игра 6*6.				
50.	ОРУ с мячами. Круговая тренировка. Зонная защита. Учебная игра.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита) игра два на три; три на два.	1	05.02		Принятие норматива: передвижения в защитной стойке (с)
51.	ОРУ. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебная игра 5*5	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 5*5.	1	07.02		
52.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч	1	07.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		«капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.				
53.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития гандбола.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.	1	12.02		
54.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	1	12.02		
55.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча	1	14.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра 6*6	двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
56.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 5*5	1	14.02		
57.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом.	1	19.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.				
58.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	1	19.02		инятие норматива: скоростное ведение (с, попадание)
59.	ОРУ. Действие без мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных	1	21.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	качеств.				
60.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	1	21.02		
61.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без мяча. Учебная игра 6*6	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	1	26.02		
62.	ОРУ. Техника передвижения.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и	1	26.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
63.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	1	28.02		
64.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки гандболиста. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	1	28.02		инятие норматива: передача мяча (с, попадание)

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	гандбол.					
65.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	1	04.03		
66.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	1	04.03		
67.	ОРУ. Личная и общественная гигиена.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении –	1	06.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Ведение мяча в движении. Техника нападения. Штрафной бросок. Учебная игра 7*7	бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 7*7.				
68.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	06.03		
69.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного	1	11.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		мяча. Учебная игра.				
70.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра.	1	11.03		
71.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	13.03		
72.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Техника	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух	1	13.03		инятие норматива: дистанционные броски %

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
73.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем, подбор. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	18.03		
74.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	1	18.03		
75.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами	1	20.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	«передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры.	боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры «Перестрелка»				
76.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	1	20.03		
77.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)	1	25.03		
78.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка	1	25.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Ловля двумя руками «низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.				
79.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	1	27.03		
80.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без	1	27.03		инятие норматива: штрафные броски %

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передвижения. Тактика нападения. Учебная игра 6*6.	сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6				
81.	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 5*5.	1	01.04		
82.	ОРУ. Контрольные испытания. Учебная игра	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с	1	01.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	6*6.	переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.				
83.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Командные действия нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага - бросок в кольцо. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	1	03.04		40 м (с)
84.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	1	03.04		
85.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте –	1	08.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
86.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	1	08.04		
87.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с	1	10.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.				
88.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	10.04		Бег 300 м (м)
89.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	15.04		
90.	ОРУ с мячами. Применение	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с	1	15.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).				
97.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	17.04		
98.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	17.04		
99.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после	1	22.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6				
100.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	22.04		
101.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по	1	24.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
102.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.	1	24.04		

Календарно-тематическое планирование 180 часов 3 год обучения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
1.	Правила техники безопасности. Водная тренировка. Подвижная игра «Мяч капитану»	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом	2	02.10		
2.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	04.10		
3.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением	2	04.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	История развития гандбола.	направления движения и скорости. История развития гандбола.				
4.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	09.10		
5.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и	2	09.10 11.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
6.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 6*6	2	11.10		
7.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.	2	16.10		
8.	ОРУ. Действие	Ловля и передача мяча.	2	18.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.				
9.	ОРУ. Действие без мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	18.10 23.10		
10.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом.	2	23.10 25.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»				
11.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без мяча. Учебная игра 6*6	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	2	25.10 30.10		инятие матива: 20 м (с)
12.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие	2	30.10		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных качеств.				
13.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	2	01.11		
14.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки гандболиста. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в гандбол.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	2	01.11 06.11		
15.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная	2	06.11		инятие матива: ночный

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Подвижная игра «Салки в тройках»	игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
16.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (6:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	08.11		
17.	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Ведение мяча в движении. Техника нападения. Учебная игра 7*7	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней	2	13.11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		дистанции. Учебная игра 7*7.				
18.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	15.11		
19.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	15.11 20.11		инятие матива: жок в ну с та
20.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	20.11 22.11		
21.	ОРУ. Техника перемещения по	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в	2	22.11 27.11		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.				
22.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.	2	27.11		
23.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем,	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания	2	29.11		Принятие норматива: высота подскока

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	подбор. Учебная игра 6*6.	мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.				
24.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	04.12		
25.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игры.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой. Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»	2	06.12		
26.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с	2	11.12		инятие матива: ъём овища ожения

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита)				за 30
27.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)	2	13.12		
28.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча. Развитие координационных качеств.	2	18.12		
29.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками	2	20.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
30.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Тактика нападения. Учебная игра 6*6.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6	2	20.12		
31.	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками	2	25.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
32.	ОРУ. Учебная игра 6*6.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	2	25.12		
33.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Командные действия в нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага – удар по воротам. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных	2	27.12		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		качеств. Учебная игра 6*6.				
34.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	2	27.12		
35.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	2	10.01		инятие норматива: прыжки на скакалке за 15 сек (раз)
36.	ОРУ с мячами. Техника	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и	2	10.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебная игра 6*6	выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.				
37.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	15.01		
38.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем,	2	15.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	подбор. Учебная игра 6*6.				
39.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	2	17.01		
40.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	2	17.01		
41.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание	2	22.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	нападении. Учебная игра 6*6	мяча. Учебная игра 6*6.				
42.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	22.01		инятие норматива: отжимание в упоре лежа (раз)
43.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	2	24.01		
44.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящ	2	24.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		его мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.				
45.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	29.01		
46.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных	2	29.01		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		качеств.				
47.	ОРУ. Учебная игра. Соревнования.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:1) без изменения позиции игроков. Соревнования. Развитие координационных качеств.	2	31.01		
48.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Тактика защиты. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Защита 4x2 (зонная защита). Учебная игра 6*6.	2	31.01		
49.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Стойка гандболиста. Учебная игра 6*6	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведение мяча правой, левой рукой. Учебная игра 6*6.	2	05.02		
50.	ОРУ с мячами. Круговая	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение	2	05.02		Принятие норматива:

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	тренировка. Зонная защита. Учебная игра.	мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита) игра два на три; три на два.				передвижения в защитной стойке (с)
51.	ОРУ. Техника передвижения. Передача мяча: одной рукой от плеча, снизу на месте и в движении с шагом и прыжком. Учебная игра 5*5	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 5*5.	2	07.02		
52.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Подвижная игра «Мяч капитану». Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	07.02		
53.	ОРУ. Действие без мяча.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение	2	12.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. История развития гандбола.	мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. История развития гандбола.				
54.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Подвижная игра «Не дай мяч водящему»	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Подвижная игра «Не дай мяч водящему». Развитие координационных качеств. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча и с мячом.	2	12.02		
55.	ОРУ. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание) без мяча и с мячом. Ловля мяча от пола. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в мини-гандбол. Обманные действия (ускорения, развороты, оббегание и т.п.) без мяча	2	14.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		и с мячом. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.				
56.	ОРУ. Действие без мяча. Передвижение приставным шагом. Ловля мяча от пола. Учебная игра	Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Учебная игра 5*5	2	14.02		
57.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью	2	19.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	6*6	двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча.				
58.	ОРУ. Действие без мяча. Переход с передвижением правым боком на передвижение левым боком. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Ловля и передача мяча. Жонглирование в парах и тройках мячами одной рукой, попеременно правой и левой рукой. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места.	2	19.02		инятие норматива: скоростное ведение (с, попадание)
59.	ОРУ. Действие без мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Остановки. Передача мяча двумя руками от груди. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передачи мяча правой и левой рукой, при параллельном и встречном движении. Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	21.02		
60.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Переход с	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от	2	21.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	передвижением правым боком на передвижение левым боком. Передача мяча двумя руками от груди. Подвижная игра «Перестрелка»	головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Подвижная игра «Перестрелка»				
61.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Финты без мяча. Учебная игра 6*6	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6	2	26.02		
62.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом.	2	26.02		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.				
63.	ОРУ. Техника передвижения. Действие без мяча. Передача мяча двумя руками от груди. Способы ловли мяча. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Учебная игра 6*6	2	28.02		
64.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение стойки гандболиста. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра в гандбол.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра 6*6.	2	28.02		нятие норматива: передача мяча (с, попадание)
65.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Обучение	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении.	2	04.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте Подвижная игра «Салки в тройках» в	Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие координационных качеств.				
66.	ОРУ. Действие без мяча Техника передвижения. Стойка баскетболиста. Техника нападения. Способы ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Броски правой и левой рукой по неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в гандбол. Развитие координационных качеств.	2	04.03		
67.	ОРУ. Личная и общественная гигиена. Ведение мяча в движении. Техника нападения. Штрафной бросок.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Броски правой и левой рукой по	2	06.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 7*7	неподвижному и катящемуся мячу с попаданием в ворота со средней и дальней дистанции. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 7*7.				
68.	ОРУ. Действие без мяча. Техника передвижения. Техника нападения. Ведение мяча на месте. Учебная игра в гандбол.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	2	06.03		
69.	ОРУ. Штрафной бросок. Учебная игра.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). В парах передача набивного мяча. Учебная игра.	2	11.03		
70.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Ведение мяча в движении.	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом.	2	11.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6	Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра.				
71.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Ведение мяча в движении. Учебная игра 7*7	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра. Развитие координационных способностей.	2	13.03		
72.	ОРУ. Техника перемещения по площадке. Передача мяча вратарём в отрыв. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Салки в тройках»	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Передача мяча вратарём в отрыв. Нападение быстрым прорывом. Подвижная игра «Салки в тройках» Развитие	2	13.03		нятие норматива: дистанционные броски %

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		координационных качеств.				
73.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Отбивания мяча вратарем, подбор. 7-метровый штрафной бросок (пенальти). Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Отбивания мяча вратарем, подбор. Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6. 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	2	18.03		
74.	ОРУ. Ведение мяча с переводом на другую руку. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Установка «стенки» при штрафном броске. Учебная игра 6*6	2	18.03		
75.	ОРУ. Взаимодействие двух игроков «передай мяч и выходи». Обводящий «стенку» бросок по воротам.	Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом. Ведения мяча правой, левой рукой.	2	20.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Подвижные игры.	Обводящий «стенку» бросок по воротам. Подвижные игра «Перестрелка»				
76.	ОРУ. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости. Защита 4x2 (зонная защита). 7-метровый штрафной бросок (пенальти).	2	20.03		
77.	ОРУ. Круговая тренировка. Тактика защиты.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча: в низкой, средней и высокой стойке, на месте, шагом и бегом по прямой, с изменением направления движения и скорости. Защита 1x5 (зонная защита)	2	25.03		
78.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Ловля двумя руками «низкого мяча». Ловля и отбивание вратарем мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Ловля и отбивание вратарем мяча.	2	25.03		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		Развитие координационных качеств.				
79.	ОРУ. Ведение мяча с высоким и низким отскоком. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой, левой рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Корректировка движений при ловле и передаче мяча.	2	27.03		
80.	ОРУ. Ведение мяча с изменением скорости передвижения. Тактика нападения. Учебная игра 6*6.	Броски мяча двумя руками от груди с места; броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника: после ведения, после ловли. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в	2	27.03		инятие норматива: штрафные броски %

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Учебная игра 6*6				
81.	ОРУ. Чередование изученных технических приемов и их сочетаний. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте и в парах с шагом. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, введение мяча в игру броском одной рукой. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 5*5.	2	01.04		
82.	ОРУ. Контрольные испытания. Учебная игра 6*6.	Ловля и передача мяча. Сочетание приёмов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Учебная игра 6*6.	2	01.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
83.	ОРУ. Ведение мяча изменением скорости передвижения. Командные действия нападении. Тактика защиты. Учебная игра 6*6.	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Ведение мяча-2 шага - бросок в кольцо. Нападение быстрым прорывом. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств. Учебная игра 6*6.	2	03.04		40 м (с)
84.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Тактика защиты. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Штрафной бросок. Нападение быстрым прорывом. Учебная игра 6*6.	1	03.04		
85.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении. Учебная игра 6*6.	Ловля мяча двумя руками, ведение на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места. Ловля мяча – ведение – бросок в два шага по	1	08.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
		воротам с расстояния рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния. Броски мяча с точек. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Вырывание мяча. Выбивание мяча. Учебная игра 6*6.				
86.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Техника ведение мяча в движении с изменением направления. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приёмов (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в гандбол. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор). Развитие координационных качеств.	1	08.04		
87.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра	1	10.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	6*6	6*6.				
88.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	10.04		Бег 300 м (м)
89.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с изменением направления движения и скорости Передача мяча вратарём в отрыв. Отбивания мяча вратарем, подбор. Учебная игра 6*6.	1	15.04		
90.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Страховка вратаря при отбивании им мяча (подбор).	1	15.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Учебная игра 6*6					
97.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в нападении. Учебная игра 6*6	Сочетание приёмов: ловля мяча на месте – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Нападение быстрым прорывом. Передача вратарем мяча для быстрой контратаки. Вырывание, выбивание мяча. Учебная игра 6*6.	1	17.04		
98.	ОРУ с мячами. Применение изученных способов ловли, передач мяча в зависимости от ситуации на площадке. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Вырывание, выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	1	17.04		
99.	ОРУ с мячами. Техника передвижения по площадке. Технико-тактические действия вратаря с игроками в защите и в	Стойка и передвижение игрока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. В парах передача набивного мяча. Технико-тактические действия вратаря с игроками в	1	22.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	нападении. Учебная игра 6*6	защите и в нападении. Учебная игра 6*6				
100.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра.	1	22.04		
101.	ОРУ с мячами. Передачи мяча в парах. Техника нападения. Учебная игра 6*6	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в движении. Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после остановки. Передача мяча в тройках в движении. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Ловля летящего мяча с последующим броском по воротам. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	1	24.04		
102.	ОРУ с мячами. Передачи мяча	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и	2	24.04		

№	Тема урока	Основные понятия и термины	Кол часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	в парах. Остановки. Техника нападения. Учебная игра 6*6	выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Передача мяча через нападающих игроков соперника для быстрой контратаки. Развитие координационных качеств.				