

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство общего и профессионального образования

Ростовской области

Районный отдел образования Администрации

Пролетарского района Ростовской области

МБОУ Наумовская ООШ Пролетарского района Ростовской области

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Соколова Н.Ф.

Протокол №1

от «28» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

руководитель МС,
заместитель директора
по УВР

Соколова Н.Ф.

Протокол №1

от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор

Бибиков В.В..

Приказ №75

от «29» августа 2025
г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 8774811)

Спортивные игры

для обучающихся 5-8 классов

х.Наумовский 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа спортивной внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 5-8 х классов разработана на основе Основной образовательной программы МБОУ Наумовской ООШ.

Курс введён в часть учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Новизна данной программы определена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, она предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал программы предполагает изучение основ трёх спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах.

Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Цель программы внеурочной деятельности секции «Спортивные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими **задачами**:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

На изучение предмета «Спортивные игры» 5-8 классы согласно учебному плану отводится 1 час в неделю, по годовому календарному учебному графику МБОУ Наумовской ООШ на 2025-2026 уч.год - 136 ч, по рабочей программе 136 ч. - в 5 классе 34 ч, по рабочей программе 34 ч.; в 6 классе 34 ч, по рабочей программе 34 ч; в 7 классе 34 ч, по рабочей программе 34 ч.; в 8 классе 34 ч Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся основной школы.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Первый год обучения

Общая физическая подготовка

Основная стойка, построение в шеренгу. Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Ходьба на носках, пятках, в полу приседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Высокий старт и бег со старта по команде. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, бег до 8 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180°, с места, со скакалкой, с высоты до , напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель. метание на дальность отскока от стены, щита. Лазание по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты, стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

Баскетбол

1. *Основы знаний.* Основные части тела. Мышцы, кости и суставы. Как укрепить свои кости и мышцы. Физические упражнения. Режим дня и режим питания.

2. *Специальная подготовка.* Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади над головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.

Стойка игрока, передвижение в стойке. Остановка в движении по звуковому сигналу. Подвижные игры: «Охотники и утки», «Летает – не летает»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Выстрел в небо» с малыми и большими мячами.

Волейбол

1. *Основы знаний.* Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка.

2. *Специальная подготовка.* Специальная разминка волейболиста.

Броски мяча двумя руками стоя в стену, в пол, ловля отскочившего мяча, подбрасывание мяча вверх и ловля его на месте и после перемещения. Перебрасывание мяча партнёру в парах и тройках - ловля мяча на месте и в движении – низко летящего и летящего на уровне головы.

Стойка игрока, передвижение в стойке. Подвижные игры: «Брось и попади», «Сумей принять»; игровые упражнения «Брось – поймай», «Кто лучший?»

Футбол

1. *Основы знаний.* Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания.

2. *Специальная подготовка.* Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу. Передачи мяча в парах. Подвижные игры: «Точная передача», «Попади в ворота».

Второй год обучения

Общая физическая подготовка

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.

Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Бег с высокого старта на 30, . Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 3х15 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, с высоты до , в длину с места и в высоту с разбега, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча . Лазание по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты. стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

Баскетбол

1. *Основы знаний.* Товарищ и друг. В чём сила командной игры. Физические упражнения – путь к здоровью, работоспособности и долголетию.

2. *Специальная подготовка.* Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Ведение мяча правой и левой рукой по прямой, по дуге, с остановками по сигналу. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, после ведения и остановки.

Подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения и остановки.

Волейбол

1. *Основы знаний.* Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми. Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья.

2. *Специальная подготовка.* Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища.

Подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

Футбол

1. *Основы знаний.* Утренняя физическая зарядка. Предматчевая разминка. Что запрещено при игре в футбол.

2. *Специальная подготовка.* Остановка катящегося мяча. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек. Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд».

Третий год обучения

Общая физическая подготовка

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, . Бег с высокого старта на 30, 40, . Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10

метров, 6x10 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого мяча на дальность и в цель. метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча . Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями.

Волейбол

1.*Основы знаний.* Антропометрические измерения. Питание и его значение для роста и развития. Что общего в спортивных играх и какие между ними различия? Закаливание организма.

2. *Специальная подготовка.* Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка в два шага и прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и со сменой мест, в движении. Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, бросок одной рукой после ведения.

Подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка мяча», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения.

Волейбол

1.*Основы знаний.* Основные правила игры в волейбол. Самоконтроль и его основные приёмы. Мышечная система человека. Понятие о здоровом образе жизни. Режим дня и здоровый образ жизни. Утренняя физическая зарядка.

2. *Специальная подготовка.* Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками вперёд-вверх. Нижняя прямая подача.

Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Футбол

1.*Основы знаний.* Различие между футболом и мини-футболом (фут залом). Физическая нагрузка и её влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма зимой.

2. *Специальная подготовка.* Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной , длиной до 7-) и вертикальную (полоса шириной , длиной 5-) мишень. Ведение мяча

между предметами и с обводкой предметов. Подвижные игры: «Передал – садись», «Передай мяч головой».

Четвертый год обучения

Общая физическая подготовка

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, . Бег с высокого старта на 60 - . Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 6х10 метров, длительный бег 10-12 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча . Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями. Длинные кувырки через препятствия высотой .

Баскетбол

1.*Основы знаний.* Взаимосвязь регулярной физической активности и индивидуальных здоровых привычек. Аэробная и анаэробная работоспособность. Физическая подготовка и её связь с развитием систем дыхания и кровообращения.

2. *Специальная подготовка.* Повороты на месте. Остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх. Ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока.

Челночное ведение. Передача одной рукой от плеча после ведения при встречном движении. Броски в движении после двух шагов.

Учебная игра.

Волейбол

1.*Основы знаний.* Физические качества человека и их развитие. Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнений.

2.*Специальная подготовка.* Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Передача мяча с собственным

подбрасыванием на месте после небольших перемещений. Нижняя прямая подача. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Пионербол».

Футбол

1. *Основы знаний.* Правила самостоятельного выполнения скоростных и силовых упражнений. Правила соревнований по футболу: поле для игры, число игроков, обмундирование футболистов. Составные части ЗОЖ.

2. *Специальная подготовка.* Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной , длиной до 7-) и вертикальную (полоса шириной , длиной 5-) мишень. Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов. Эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнёру. Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол).

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности секции «Спортивные игры» 5-8 классов

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;

- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
1.Самоопределение 2.Смыслообразование	1.Соотнесение известного и неизвестного 2.Планирование 3.Оценка 4.Способность к волевому усилию	1.Формулирование цели 2.Выделение необходимой информации 3.Структурирование 4.Выбор эффективных способов решения учебной задачи 5.Рефлексия 6.Анализ и синтез 7.Сравнение 8.Классификации 9.Действия постановки и решения проблемы	1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами 2.Постановка вопросов 3.Разрешение конфликтов

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине

болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности секции «Спортивные игры» 5-8 классов

Предметные результаты: Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;

- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

2.2. В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **смогут получить знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

Основной показатель реализации программы секции «Спортивные игры» - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 -6-7 КЛАССОВ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Баскетбол	12	Ведение мяча на месте и в движении важный технический элемент для игры в баскетбол. Это спортивная атлетическая игра, один из популярных видов спорта. Игряя в баскетбол, дети активно с пользой для здоровья	<ul style="list-style-type: none">• играть в баскетбол по упрощенным правилам• выполнить учебные нормативы.	https://resh.edu.ru/subject/9/

			<p>проводят время, становятся сильными, быстрыми, ловкими, могут быстро ориентироваться и принимать решение.</p>		
2	Волейбол	12	<p>Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты.</p>	<p>1. Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми. Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья. 2. Специальная подготовка. Подводящие</p>	<p>https://resh.edu.ru/subject/9/</p>

			Утренняя физическая зарядка.	упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища.	
3	Футбол	10	Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания.	Регулярно измеряют массу своего тела с помощью напольных весов. Укрепляют мышцы спины и плечевой пояс с помощью специальных упражнений	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

8 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Волейбол	12	Волейбол – игра для всех. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Здоровое питание. Экологически чистые продукты. Утренняя физическая зарядка.	1. Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми. Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья. 2. Специальная подготовка. Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой	https://resh.edu.ru/subject/9/

				<p>подаче. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища.</p>	
2	Баскетбол	12	<p>Ведение мяча на месте и в движении важный технический элемент для игры в баскетбол. Это спортивная атлетическая игра, один из популярных видов спорта. Играя в баскетбол, дети активно с пользой для здоровья проводят время, становятся</p>	<p>• играть в баскетбол по упрощенным правилам</p> <p>• выполнить учебные нормативы.</p>	<p>https://resh.edu.ru/subject/9/</p>

			<p>сильными, быстрыми, ловкими, могут быстро ориентироваться и принимать решение.</p>		
3	Футбол	9	<p>Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания.</p>	<p>Регулярно измеряют массу своего тела с помощью напольных весов. Укрепляют мышцы спины и плечевой пояс с помощью специальных упражнений</p>	<p>https://resh.edu.ru/subject/9/</p>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5-6-7 кл.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Дата	Контрольные работы	Практические работы	
1	Баскетбол. Стойки и перемещения баскетболиста .	2.09	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Остановки прыжком	9.09	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Остановки прыжком	16.09	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
4	Остановки «В два шага».	23.09	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
5	Передачи мяча.	30.09	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
6	Ловля мяча.	7.10	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
7	Ведение мяча.	14.10	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
8	Броски в кольцо.	21.10	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
9	Подвижные игры с мячом.	11.11	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
10	Подвижные игры с мячом.	18.11	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
11	Подвижные игры с мячом.	25.11	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
12	Подвижные игры с мячом.	2.12	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/

13	Перемещения с мячом.	9.12	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
14	Перемещения с мячом.	16.12	1	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
15	Передача мяча.	23.12	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
16	Передача мяча.	30.12	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
17	Передача мяча.	13.01	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
18	Нижняя прямая подача с середины площадки.	20.01	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
19	Нижняя прямая подача с середины площадки.	27.01	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
20	Прием мяча.	10.02	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
21	Прием мяча.	17.02	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
22	Подвижные игры и эстафеты	24.02	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
23	Подвижные игры и эстафеты	3.03	1	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
24	Подвижные игры и эстафеты	10.03	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
25	Стойки и перемещения с мячом.	17.03	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
26	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов.	24.03	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/

27	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу.	7.04	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
28	Передачи мяча .	14.04	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
29	Передачи мяча .	21.04	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
30	Передачи мяча .	28.04	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
31	Подвижные игры	5.05	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
32	Подвижные игры	12.05	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
33	Подвижные игры	19.05	1	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
34	Подвижные игры	26.05	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 34			3	3	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Дата	Контрольные работы	Практические работы	
1	Баскетбол. Стойки и перемещения баскетболиста .	04.09	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Остановки баскетболиста.	11.09	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Передачи мяча .	18.09	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
4	Ловля мяча.	25.09	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
5	Ведение мяча.	02.10	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
6	Броски в кольцо.	9.10	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
7	Игра в защите.	16.10	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
8	Игра в нападении.	23.10	1	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
9	Тестирование.	06.11	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
10	Участие в соревнованиях.	13.11	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
11	Участие в соревнованиях.	20.11	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
12	Участие в соревнованиях.	27.11	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
13	Волейбол.Индивидуальные тактические действия в нападении.	04.12	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
14	Волейбол.Индивидуальные тактические действия в	11.12	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/

	нападении.				
15	Волейбол. Индивидуальные тактические действия в нападении.	18.12	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
16	Индивидуальные тактические действия в защите.	25.12	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
17	Закрепление техники передачи.	15.01	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
18	Закрепление техники передачи.	22.01	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
19	Закрепление техники передачи.	29.01	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
20	Верхняя прямая подача.	5.02	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
21	Закрепление техники приема мяча с подачи.	12.02	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
22	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра.	19.02	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
23	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра.	26.02	1	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
24	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра.	5.03	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
25	Футбол. Удар по мячу.	12.03	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
26	Футбол. Удар по мячу.	19.03	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
27	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	26.03	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
28	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	9.04	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/

29	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	16.04	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
30	Игра по упрощенным правилам.	23.04	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
31	Игра по упрощенным правилам.	39.04	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
32	Подвижные игры.	7.05	1	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
33-34	Подвижные игры.	14.05 21.05	0	0	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 34				3	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 203213900564843355954824568531281433305066908404

Владелец Бибикив Владимир Владимирович

Действителен с 10.10.2024 по 10.10.2025