

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Школа «КвантУм» имени Героя Советского Союза Василия Фабричного
(МБОУ Школа «КвантУм»)



Рассмотрена
на педагогическом совете
от «23» августа 2024 № 1

Согласована
экспертно-методическим советом
от «26» августа 2024 № 1

Утверждаю
Заместитель директора
«23» августа 2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб»
для учащихся 5 – 9 классов
на 2024– 2025 учебный год

Составитель: Медетова А.С., Титова Е.В., Кузнецова А.О., Николаева Е.А.
Должность: учителя физической культуры

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЙ КЛУБ»

Данная программа курса предназначена для обучающихся основной и подготовительной физкультурных групп и ориентирована на применение широкого комплекса средств и методов физической культуры для увеличения уровня физической подготовленности обучающихся. Особый акцент в рабочей программе сделан на подготовку обучающихся к выполнению нормативов физкультурно-спортивного комплекса. Программный материал курса составлен с учетом возрастных и половых особенностей обучающихся. Программа внеурочной деятельности «Спортивный клуб» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Материал программы предполагает изучение основ на двух спортивных игр: баскетбола, волейбола, 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 внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивный клуб» предназначена для обучающихся 5-9 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю. В 5 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 6 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 7 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 8 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 9 классе – 33 часа (1 час в неделю). Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы. Программа «Спортивный клуб» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЙ КЛУБ»

Образовательная

-Обучение простейшим организационным навыкам, необходимым понятиям и теоретических сведений по физической культуре и спорту;

Воспитательная

-Воспитание привычки к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно.

-воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи.

Развивающая

Воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно – игровой деятельности;

Общее число часов, – 169: в 5-8 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 9 классе – 33 часа (1 час в неделю).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты: готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев; готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения; готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и

досуга; готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях; готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом; стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта; готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей; осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом; осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ В результате изучения на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия: проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия; осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности; анализировать влияние занятий вне на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

В спортивном клубе на внеурочной деятельности ученики будут разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников; организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится: демонстрировать технические действия в спортивных играх: баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении); волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);

К концу обучения в 6 классе обучающийся научится: тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастнополовых особенностей; выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх: баскетбол (технические действия без мяча, броски мяча двумя руками снизу и от груди с места, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности); волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения в 7 классе обучающийся научится: демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр: баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола, броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности); волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности); футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения в 8 классе обучающийся научится: тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастнополовых особенностей; демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр: баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча, бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности); волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения в 9 классе обучающийся научится: совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите; тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастнополовых особенностей.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЙ КЛУБ»

5 КЛАСС

Знания о физической культуре. Физическая культура в основной школе: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре; организация спортивной работы в общеобразовательной школе.

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении; ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места; ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча; приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении; ранее разученные технические действия с мячом.

6 КЛАСС

Знания о физической культуре. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения в современном мире; роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Девиз, символика и ритуалы современных Олимпийских игр. История организации и проведения первых Олимпийских игр современности; первые олимпийские чемпионы.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста; прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу; остановка двумя шагами и прыжком.

Упражнения с мячом: ранее разученные упражнения в ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в корзину.

Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.

Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника.

Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча, его приёме и передаче двумя руками снизу и сверху.

7 КЛАСС

Знания о физической культуре. Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России; роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта.

Олимпийское движение в СССР и современной России; характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские и российские олимпийцы.

Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола; бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину.

Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника; передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

8 КЛАСС

Знания о физической культуре. Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость.

Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками; передача мяча одной рукой от плеча и снизу; бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Волейбол. Прямой нападающий удар; индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

9 КЛАСС

Знания о физической культуре. Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека. Туристские походы как форма организации здорового образа жизни. Профессионально-прикладная физическая культура.

Баскетбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.

Волейбол. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника; приёмы и передачи на месте и в движении; удары и блокировка.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ							
Раздел 1. Модуль «Спортивная подготовка»							
1.1	Баскетбол	15	0	15	разучивают и выполняют упражнения на развитие двигательных умений и навыков.Обучаются основам техники, тактики и игровой деятельности	Текущий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/start/309280/
	Волейбол	15	0	15	разучивают и выполняют упражнения на развитие двигательных умений и навыков.Обучаются основам техники, тактики и игровой деятельности	Текущий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/start/262455/
Итого по разделу		30					

Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной активности						
3.1	Учебно- тренировочные игры.	2	0	2	совершенствуют свои навыки в тренировочных играх.	Текущий
3.2	Межшкольные игры	2	0	2	совершенствуют свои навыки в соревнованиях.	Текущий
Итого по разделу		4				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34		

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ							
Раздел 1. Модуль «Спортивная подготовка»							
1.1	Баскетбол	15	0	15	разучивают и выполняют упражнения на развитие двигательных умений и навыков. Обучаются основам техники, тактики и игровой деятельности	Текущий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/start/309280/
	Волейбол	15	0	15	разучивают и выполняют упражнения на развитие двигательных умений и навыков. Обучаются основам техники, тактики и игровой деятельности	Текущий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/start/262455/
Итого по разделу		30					
Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной активности							
3.1	Учебно- тренировочные игры.	2	0		совершенствуют свои	Текущий	

				2	навыки в тренировочных играх.		
3.2	Межшкольные игры	2	0	2	совершенствуют свои навыки в соревнованиях.		
Итого по разделу		4					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34			

7 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Раздел 1. Модуль «Спортивная подготовка»

1.1	Баскетбол	15	0	15	разучивают и выполняют упражнения на развитие двигательных умений и навыков. Обучаются основам техники, тактики и игровой деятельности	Текущий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/start/
	Волейбол	15	0		разучивают и выполняют	Текущий	https://olympics.com/ru/news

				15	упражнения на развитие двигательных умений и навыков. Обучаются основам техники, тактики и игровой деятельности		/voleibol-vid-sporta-istoriya-osnovnye-terminy-i-ponyatiya-zvezdy
Итого по разделу		30					
Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной активности							
3.1	Учебно- тренировочные игры.	2	0	2	совершенствуют свои навыки в тренировочных играх.	Текущий	
3.2	Межшкольные игры	2	0	2	совершенствуют свои навыки в соревнованиях.	Текущий	
Итого по разделу		4					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34			

8 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Виды	Виды,	Электронные (цифровые)
---	---------------------------------------	------------------	------	-------	------------------------

п/п		Всего	Контроль ные работы	Практичес кие работы	деятельно сти	формы контроля	образовательные ресурсы
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ							
Раздел 1. Модуль «Спортивная подготовка»							
1.1	Баскетбол	15	0	15	разучивают и выполняют упражнения на развитие двигательных умений и навыков. Обучаются основам техники, тактики и игровой деятельности	Текущий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3218/start/
	Волейбол	15	0	15	разучивают и выполняют упражнения на развитие двигательных умений и навыков. Обучаются основам техники, тактики и игровой деятельности	Текущий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3218/start/
Итого по разделу		30					
Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной активности							
3.1	Учебно- тренировочные игры.	2	0	2	совершенствуют свои навыки в тренировочных	Текущий	

					играх.		
3.2	Межшкольные игры	2	0	2	совершенствуют свои навыки в соревнованиях.	Текущий	
Итого по разделу		4					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34			

9 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Раздел 1. Модуль «Спортивная подготовка»

1.1	Баскетбол	15	0	15	разучивают и выполняют упражнения на развитие двигательных умений и навыков. Обучаются основам техники, тактики и игровой деятельности	Текущий	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/start/
	Волейбол	15	0		разучивают и выполняют упражнения на развитие	текущий	https://olympics.com/ru/news/voleibol-vid-sporta-istoriya-osnovnye-terminy-i-

				15	двигательных умений и навыков. Обучаются основам техники, тактики и игровой деятельности		ponyatiya-zvezdy
Итого по разделу		30					
Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной активности							
3.1	Учебно- тренировочные игры.	1	0	1	совершенствуют свои навыки в тренировочных играх.	контроль	
3.2	Межшкольные игры	2	0	2	совершенствуют свои навыки в соревнованиях.	соревнования	
Итого по разделу		3					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0	33			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Виды, формы
---	------------	------------------	---------------	-------------

п/п		всего	контрольные работы	практические работы		контроля
1.	Техника безопасности на занятиях по волейболу.	1	0	1	02.09.2024 – 06.09.2024	Устный
2.	Понятие о техники и тактики игры.	1	0	1	09.09.2024 – 09.09.2024	Текущий
3.	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	0	1	16.09.2024 – 20.09.2024	Текущий
4.	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.	1	0	1	23.09.2024 – 27.09.2024	Текущий
5.	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	0	1	30.09.2024 – 04.10.2024	Текущий
6.	Передача снизу двумя руками над собой.	1	0	1	14.10.2024 – 18.10.2024	Текущий
7.	Разучивание подачи в прыжке.	1	0	1	21.10.2024 – 25.10.2024	Текущий
8.	Приём мяча снизу, сверху двумя руками.	1	0	1	28.10.2024 – 01.11.2024	Текущий
9.	Закрепление приёма мяча, отражённого сеткой.	1	0	1	04.11.2024 – 08.11.2024	Текущий
10.	Игры, развивающие физические способности.	1	0	1	11.11.2024 – 15.11.2024	Текущий
11.	Совершенствование одиночного блокирования.	1	0	1	25.11.2024 – 29.11.2024	Текущий
12.	Совершенствование группового блокирования (вдвоём, втроём).	1	0	1	02.12.2024 – 06.12.2024	Текущий
13.	Совершенствование страховки при блокировании.	1	0	1	09.12.2024 – 13.12.2024	Текущий
14.	Совершенствование индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	1	0	1	16.12.2024 – 20.12.2024	Текущий
15.	Совершенствование групповых тактических действий в нападении,	1	0	1	23.12.2024 – 27.12.2024	Текущий

	защите.					
16	Закрепление командных тактических действий в нападении, защите.	1	0	1	08.01.2025 – 10.01.2025	Текущий
17	Судейство учебной игры в волейбол.	1	0	1	13.01.2025 – 17.01.2025	Текущий
18	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Понятие о техники и тактики игры.	1	0	1	20.01.2025 – 24.01.2025	Устный
19	Основные положения правил игры в баскетбол. Нарушение, жесты судей.	1	0	1	27.01.2025 – 31.01.2025	Текущий
20	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Обучение двухшаговому ритму Учебная игра.	1	0	1	03.02.2025 – 07.02.2025	Текущий
21	Ведение мяча с изменением направления движения. Обучение двухшаговому ритму. Учебная игра.	1	0	1	10.02.2025 – 14.02.2025	Текущий
22	Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком. Взаимодействие 1x1 с выбиванием мяча. Учебная игра.	1	0	1	24.02.2025 – 28.02.2025	Текущий
23	Ведение мяча с изменением направления движения. Бросок двумя руками от груди с места и после остановки с мячом и в двухшаговом ритме.	1	0	1	03.03.2025 – 07.03.2025	Текущий
24	Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Сочетание приемов с броском мяча в кольцо.	1	0	1	10.03.2025 – 14.03.2025	Текущий
25	Ведение мяча с изменением направления движения. Бросок одной рукой от плеча с места.	1	0	1	17.03.2025 – 21.03.2025	Текущий
26	Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком. Остановка прыжком или двумя	1	0	1	24.03.2025 – 28.03.2025	Текущий

	шагами.					
27	Сочетание приемов без броска мяча в кольцо Остановка с мячом. Повороты на месте. Учебная игра.	1	0	1	31.03.2025 – 04.04.2025	Текущий
28	Ведение мяча с изменением направления. Остановка с мячом ,повороты на месте. Двусторонняя учебная игра.	1	0	1	14.04.2025 – 18.04.2025	Текущий
29	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	21.04.2025 – 25.04.2025	Текущий
30	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	28.04.2025 – 02.05.2025	Текущий
31	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра	1	0	1	05.05.2025 – 09.05.2025	Текущий
32	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	12.05.2025 – 16.05.2025	Текущий
33	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	19.05.2025 – 23.05.2025	Текущий
34	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	26.05.2025 – 30.05.2025	Текущий
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0			

6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Техника безопасности на занятиях по волейболу.	1	0	1	02.09.2024 – 06.09.2024	Устный
2.	Понятие о техники и тактики игры.	1	0	1	09.09.2024 – 09.09.2024	Текущий
3.	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	0	1	16.09.2024 – 20.09.2024	Текущий
4.	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.	1	0	1	23.09.2024 – 27.09.2024	Текущий
5.	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	0	1	30.09.2024 – 04.10.2024	Текущий
6.	Передача снизу двумя руками над собой.	1	0	1	14.10.2024 – 18.10.2024	Текущий
7.	Разучивание подачи в прыжке.	1	0	1	21.10.2024 – 25.10.2024	Текущий
8	Приём мяча снизу, сверху двумя руками.	1	0	1	28.10.2024 – 01.11.2024	Текущий
9	Закрепление приёма мяча, отражённого сеткой.	1	0	1	04.11.2024 – 08.11.2024	Текущий
10	Игры, развивающие физические способности.	1	0	1	11.11.2024 – 15.11.2024	Текущий
11	Совершенствование одиночного блокирования.	1	0	1	25.11.2024 – 29.11.2024	Текущий
12	Совершенствование группового блокирования (вдвоём, втроём).	1	0	1	02.12.2024 – 06.12.2024	Текущий
13	Совершенствование страховки при блокировании.	1	0	1	09.12.2024 – 13.12.2024	Текущий
14	Совершенствование индивидуальных тактических действия в нападении,	1	0	1	16.12.2024 – 20.12.2024	Текущий

	защите.					
15	Совершенствование групповых тактических действий в нападении, защите.	1	0	1	23.12.2024 – 27.12.2024	Текущий
16	Закрепление командных тактических действий в нападении, защите.	1	0	1	08.01.2025 – 10.01.2025	Текущий
17	Судейство учебной игры в волейбол.	1	0	1	13.01.2025 – 17.01.2025	Текущий
18	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Понятие о техники и тактики игры.	1	0	1	20.01.2025 – 24.01.2025	Устный
19	Основные положения правил игры в баскетбол. Нарушение, жесты судей.	1	0	1	27.01.2025 – 31.01.2025	Текущий
20	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Обучение двухшаговому ритму Учебная игра.	1	0	1	03.02.2025 – 07.02.2025	Текущий
21	Ведение мяча с изменением направления движения. Обучение двухшаговому ритму. Учебная игра.	1	0	1	10.02.2025 – 14.02.2025	Текущий
22	Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком. Взаимодействие 1x1 с выбиванием мяча. Учебная игра.	1	0	1	24.02.2025 – 28.02.2025	Текущий
23	Ведение мяча с изменением направления движения. Бросок двумя руками от груди с места и после остановки с мячом и в двухшаговом ритме.	1	0	1	03.03.2025 – 07.03.2025	Текущий
24	Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Сочетание приемов с броском мяча в кольцо.	1	0	1	10.03.2025 – 14.03.2025	Текущий
25	Ведение мяча с изменением направления движения. Бросок одной рукой от плеча с места.	1	0	1	17.03.2025 – 21.03.2025	Текущий

26	Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком. Остановка прыжком или двумя шагами.	1	0	1	24.03.2025 – 28.03.2025	Текущий
27	Сочетание приемов без броска мяча в кольцо Остановка с мячом. Повороты на месте. Учебная игра.	1	0	1	31.03.2025 – 04.04.2025	Текущий
28	Ведение мяча с изменением направления. Остановка с мячом ,повороты на месте. Двусторонняя учебная игра.	1	0	1	14.04.2025 – 18.04.2025	Текущий
29	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	21.04.2025 – 25.04.2025	Текущий
30	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	28.04.2025 – 02.05.2025	Текущий
31	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра	1	0	1	05.05.2025 – 09.05.2025	Текущий
32	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	12.05.2025 – 16.05.2025	Текущий
33	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	19.05.2025 – 23.05.2025	Текущий
34	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	26.05.2025 – 30.05.2025	Текущий

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	
-------------------------------------	----	---	--

7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Техника безопасности на занятиях по волейболу.	1	0	1	02.09.2024 – 06.09.2024	Устный
2.	Понятие о техники и тактики игры.	1	0	1	09.09.2024 – 09.09.2024	Текущий
3.	Сочетания способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).	1	0	1	16.09.2024 – 20.09.2024	Текущий
4.	Совершенствование передачи сверху двумя руками вперёд-вверх.	1	0	1	23.09.2024 – 27.09.2024	Текущий
5.	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	0	1	30.09.2024 – 04.10.2024	Текущий
6.	Передача снизу двумя руками над собой.	1	0	1	14.10.2024 – 18.10.2024	Текущий
7.	Разучивание подачи в прыжке.	1	0	1	21.10.2024 – 25.10.2024	Текущий
8.	Приём мяча снизу, сверху двумя руками.	1	0	1	28.10.2024 – 01.11.2024	Текущий
9.	Закрепление приёма мяча, отражённого сеткой.	1	0	1	04.11.2024 – 08.11.2024	Текущий
10.	Игры, развивающие физические способности.	1	0	1	11.11.2024 – 15.11.2024	Текущий
11.	Совершенствование одиночного блокирования.	1	0	1	25.11.2024 – 29.11.2024	Текущий
12.	Совершенствование группового блокирования (вдвоём, втроём).	1	0	1	02.12.2024 – 06.12.2024	Текущий

13	Совершенствование страховки при блокировании.	1	0	1	09.12.2024 – 13.12.2024	Текущий
14	Совершенствование индивидуальных тактических действия в нападении, защите.	1	0	1	16.12.2024 – 20.12.2024	Текущий
15	Совершенствование групповых тактических действий в нападении, защите.	1	0	1	23.12.2024 – 27.12.2024	Текущий
16	Закрепление командных тактических действий в нападении, защите.	1	0	1	08.01.2025 – 10.01.2025	Текущий
17	Судейство учебной игры в волейбол.	1	0	1	13.01.2025 – 17.01.2025	Текущий
18	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Понятие о техники и тактики игры.	1	0	1	20.01.2025 – 24.01.2025	Текущий
19	Основные положения правил игры в баскетбол. Нарушение, жесты судей.	1	0	1	27.01.2025 – 31.01.2025	Текущий
20	Передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Обучение двухшаговому ритму Учебная игра.	1	0	1	03.02.2025 – 07.02.2025	Текущий
21	Ведение мяча с изменением направления движения. Обучение двухшаговому ритму. Учебная игра.	1	0	1	10.02.2025 – 14.02.2025	Текущий
22	Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком. Взаимодействие 1x1 с выбиванием мяча. Учебная игра.	1	0	1	24.02.2025 – 28.02.2025	Текущий
23	Ведение мяча с изменением направления движения. Бросок двумя руками от груди с места и после остановки с мячом и в двухшаговом ритме.	1	0	1	03.03.2025 – 07.03.2025	Текущий
24	Ведение мяча в движении с переводом на другую руку. Сочетание приемов с	1	0	1	10.03.2025 – 14.03.2025	Текущий

	броском мяча в кольцо.					
25	Ведение мяча с изменением направления движения. Бросок одной рукой от плеча с места.	1	0	1	17.03.2025 – 21.03.2025	Текущий
26	Ведение мяча правой и левой рукой с высоким и низким отскоком. Остановка прыжком или двумя шагами.	1	0	1	24.03.2025 – 28.03.2025	Текущий
27	Сочетание приемов без броска мяча в кольцо Остановка с мячом. Повороты на месте. Учебная игра.	1	0	1	31.03.2025 – 04.04.2025	Текущий
28	Ведение мяча с изменением направления. Остановка с мячом ,повороты на месте. Двусторонняя учебная игра.	1	0	1	14.04.2025 – 18.04.2025	Текущий
29	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	21.04.2025 – 25.04.2025	Текущий
30	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	28.04.2025 – 02.05.2025	Текущий
31	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра	1	0	1	05.05.2025 – 09.05.2025	Текущий
32	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	12.05.2025 – 16.05.2025	Текущий
33	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	19.05.2025 – 23.05.2025	Текущий

34	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Броски двумя от груди с места. Учебная игра.	1	0	1	26.05.2025 – 30.05.2025	Текущий
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0			

8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Стойка, перемещение, повороты, остановка.	1	0	1	02.09.2024 – 06.09.2024	Текущий
2.	Стойка, перемещение, повороты, остановка.	1	0	1	09.09.2024 – 09.09.2024	Текущий

3.	Ведение, передачи, броски мяча.	1	0	1	16.09.2024 – 20.09.2024	Текущий
4.	Ведение, передачи, броски мяча.	1	0	1	23.09.2024 – 27.09.2024	Текущий
5.	Передвижение, броски в кольцо.	1	0	1	30.09.2024 – 04.10.2024	Текущий
6.	Передвижение, броски в кольцо.	1	0	1	14.10.2024 – 18.10.2024	Текущий
7.	Вырывание, выбивание мяча, броски в кольцо.	1	0	1	21.10.2024 – 25.10.2024	Текущий
8.	Вырывание, выбивание мяча, броски в кольцо.	1	0	1	28.10.2024 – 01.11.2024	Текущий
9.	Штрафные броски.	1	0	1	04.11.2024 – 08.11.2024	Текущий
10.	Штрафные броски.	1	0	1	11.11.2024 – 15.11.2024	Текущий
11.	Закрепление технических приемов игры баскетбол.	1	0	1	25.11.2024 – 29.11.2024	Текущий
12.	Закрепление технических приемов игры баскетбол.	1	0	1	02.12.2024 – 06.12.2024	Текущий
13.	Учебная игра 3х3.	1	0	1	09.12.2024 – 13.12.2024	Текущий
14.	Учебная игра 3х3.	1	0	1	16.12.2024 – 20.12.2024	Текущий
15.	Учебная игра 3х3.	1	0	1	23.12.2024 – 27.12.2024	Текущий
16.	Учебная игра.	1	0	1	08.01.2025 – 10.01.2025	Текущий
17.	Учебная игра.	1	0	1	13.01.2025 – 17.01.2025	Текущий
18.	Учебная игра.	1	0	1	20.01.2025 – 24.01.2025	Текущий
19.	Освоение техники приема и передачи.	1	0	1	27.01.2025 – 31.01.2025	Текущий
20.	Освоение техники приема и передачи.	1	0	1	03.02.2025 – 07.02.2025	Текущий
21.	Верхняя передача мяча над собой.	1	0	1	10.02.2025 – 14.02.2025	Текущий
22.	Верхняя передача мяча над собой.	1	0	1	24.02.2025 – 28.02.2025	Текущий
23.	Верхняя передача мяча у стены.	1	0	1	03.03.2025 – 07.03.2025	Текущий
24.	Верхняя передача мяча у стены.	1	0	1	10.03.2025 – 14.03.2025	Текущий
25.	Приём мяча с подачи у стены.	1	0	1	17.03.2025 – 21.03.2025	Текущий
26.	Приём мяча с подачи у стены.	1	0	1	24.03.2025 – 28.03.2025	Текущий

27	Подача и приём мяча.	1	0	1	31.03.2025 – 04.04.2025	Текущий
28	Подача и приём мяча.	1	0	1	14.04.2025 – 18.04.2025	Текущий
29	Закрепление техники приема мяча с подачи.	1	0	1	21.04.2025 – 25.04.2025	Текущий
30	Закрепление техники приема мяча с подачи.	1	0	1	28.04.2025 – 02.05.2025	Текущий
31	Отработка приема и передачи мячи в тройках.	1	0	1	05.05.2025 – 09.05.2025	Текущий
32	Отработка приема и передачи мячи в тройках.	1	0	1	12.05.2025 – 16.05.2025	Текущий
33	Учебная игра.	1	0	1	19.05.2025 – 23.05.2025	Текущий
34	Учебная игра.	1	0	1	26.05.2025 – 30.05.2025	Текущий
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0			

9 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Стойка, перемещение, повороты, остановка.	1	0	1	02.09.2024 – 06.09.2024	Текущий
2.	Стойка, перемещение, повороты, остановка.	1	0	1	09.09.2024 – 09.09.2024	Текущий
3.	Ведение, передачи, броски мяча.	1	0	1	16.09.2024 – 20.09.2024	Текущий
4.	Ведение, передачи, броски мяча.	1	0	1	23.09.2024 – 27.09.2024	Текущий
5.	Передвижение, броски в кольцо.	1	0	1	30.09.2024 – 04.10.2024	Текущий

6.	Передвижение, броски в кольцо.	1	0	1	14.10.2024 – 18.10.2024	Текущий
7.	Вырывание, выбивание мяча, броски в кольцо.	1	0	1	21.10.2024 – 25.10.2024	Текущий
8	Вырывание, выбивание мяча, броски в кольцо.	1	0	1	28.10.2024 – 01.11.2024	Текущий
9	Штрафные броски.	1	0	1	04.11.2024 – 08.11.2024	Текущий
10	Штрафные броски.	1	0	1	11.11.2024 – 15.11.2024	Текущий
11	Закрепление технических приемов игры баскетбол.	1	0	1	25.11.2024 – 29.11.2024	Текущий
12	Закрепление технических приемов игры баскетбол.	1	0	1	02.12.2024 – 06.12.2024	Текущий
13	Учебная игра 3х3.	1	0	1	09.12.2024 – 13.12.2024	Текущий
14	Учебная игра 3х3.	1	0	1	16.12.2024 – 20.12.2024	Текущий
15	Учебная игра 3х3.	1	0	1	23.12.2024 – 27.12.2024	Текущий
16	Учебная игра.	1	0	1	08.01.2025 – 10.01.2025	Текущий
17	Учебная игра.	1	0	1	13.01.2025 – 17.01.2025	Текущий
18	Учебная игра.	1	0	1	20.01.2025 – 24.01.2025	Текущий
19	Освоение техники приема и передачи.	1	0	1	27.01.2025 – 31.01.2025	Текущий
20	Освоение техники приема и передачи.	1	0	1	03.02.2025 – 07.02.2025	Текущий
21	Верхняя передача мяча над собой.	1	0	1	10.02.2025 – 14.02.2025	Текущий
22	Верхняя передача мяча над собой.	1	0	1	24.02.2025 – 28.02.2025	Текущий
23	Верхняя передача мяча у стены.	1	0	1	03.03.2025 – 07.03.2025	Текущий
24	Верхняя передача мяча у стены.	1	0	1	10.03.2025 – 14.03.2025	Текущий
25	Приём мяча с подачи у стены.	1	0	1	17.03.2025 – 21.03.2025	Текущий
26	Приём мяча с подачи у стены.	1	0	1	24.03.2025 – 28.03.2025	Текущий
27	Подача и приём мяча.	1	0	1	31.03.2025 – 04.04.2025	Текущий
28	Подача и приём мяча.	1	0	1	14.04.2025 – 18.04.2025	Текущий

29	Закрепление техники приема мяча с подачи.	1	0	1	21.04.2025 – 25.04.2025	Текущий
30	Закрепление техники приема мяча с подачи.	1	0	1	28.04.2025 – 02.05.2025	Текущий
31	Отработка приема и передачи мячи в тройках.	1	0	1	05.05.2025 – 09.05.2025	Текущий
32	Отработка приема и передачи мячи в тройках.	1	0	1	12.05.2025 – 16.05.2025	Текущий
33	Учебная игра.	1	0	1	19.05.2025 – 23.05.2025	Текущий
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

5 КЛАСС

Физическая культура. 5-7 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
Введите свой вариант:

6 КЛАСС

Физическая культура. 5-7 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение» ;
Введите свой вариант:

7 КЛАСС

Физическая культура. 5-7 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение» ;
Введите свой вариант:

8 КЛАСС

Физическая культура, 8-9 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:

9 КЛАСС

Физическая культура, 8-9 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

5 КЛАСС

Физическая культура. 5-9 классы. Рабочие программы по учебникам М.Я. Виленского, В.И. Ляха. Автор: Рощина Г.О., 2021 г. Серия: ФГОС. Планирование учебной деятельности

6 КЛАСС

7 КЛАСС

8 КЛАСС

9 КЛАСС

5 КЛАСС

<https://resh.edu.ru>
<http://www.fizkulturavshkole.ru>
<http://fizkultura-na5.ru>
<https://urok.1sept.ru>
<https://kopilkaurokov.ru>
<https://www.sports.ru>

<http://cgon.rospotrebnadzor.ru>
<https://www.gto.ru>

6 КЛАСС

<https://resh.edu.ru>
<http://www.fizkulturavshkole.ru>
<http://fizkultura-na5.ru>
<https://urok.1sept.ru>
<https://kopilkaurokov.ru>
<https://www.sports.ru>
<http://cgon.rospotrebnadzor.ru>
<https://www.gto.ru>

7 КЛАСС

<https://resh.edu.ru>
<http://www.fizkulturavshkole.ru>
<http://fizkultura-na5.ru>
<https://urok.1sept.ru>
<https://kopilkaurokov.ru>
<https://www.sports.ru>
<http://cgon.rospotrebnadzor.ru>
<https://www.gto.ru>

8 КЛАСС

<https://resh.edu.ru>
<http://www.fizkulturavshkole.ru>
<http://fizkultura-na5.ru>
<https://urok.1sept.ru>
<https://kopilkaurokov.ru>
<https://www.sports.ru>
<http://cgon.rospotrebnadzor.ru>
<https://www.gto.ru>

9 КЛАСС

<https://resh.edu.ru>
<http://www.fizkulturavshkole.ru>
<http://fizkultura-na5.ru>
<https://urok.1sept.ru>
<https://kopilkaurokov.ru>
<https://www.sports.ru>
<http://cgon.rosпотреbnadzor.ru>
<https://www.gto.ru>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Гимнастические маты, гимнастические палки, гимнастические скамейки,
гимнастическая стенка
Кольцо баскетбольное
Щит баскетбольный
Мяч баскетбольный (размер 5,6)
Вышка судейская универсальная
Мяч волейбольный
Сетка волейбольная
Линейка для прыжков в длину
Мат гимнастический
Гантели
Гири
Конус
Мяч набивной (медицинбол)
Скакалка гимнастическая
Обруч
Фишки
Перекидное табло
Рулетка металлическая