



**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Нижнетуринского муниципального округа
«Исовская средняя общеобразовательная школа»**

Принято

на заседании Педагогического
совета
протокол от 27.08.2025 г. № 1

Утверждено

Директор
Бехтерева Л. Б.
Приказ от 01.09. 2025 г. № 164 о/д

Согласовано

Заместитель директора по УВР
Никулина О.Р.
27.08.2025 г.

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ
рабочая программа
курса внеурочной деятельности
основного общего образования

Составил
учитель физической культуры
Клочков С.А.

Нижнетуринский муниципальный округ
2025

Пояснительная записка.

Программа предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки:

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.

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.

Цель: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи:

- 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.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий.

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 5-6 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 4 часа в неделю в каждом из 5-6 классов, всего 136 часов в год.

Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 45 минут. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

1. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

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

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 укрепление 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.

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.

2. Содержание программы

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.

5 класс

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 40 см, 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».

6 класс

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, 40 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 3х15 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, с высоты до 50 см, 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 1 кг. 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».

3. Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Тематические блоки, темы	Кол-во часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Реализация воспитательного потенциала учебного занятия с учётом направлений рабочей программы воспитания
	Баскетбол	45			
1	Стойки и перемещения баскетболиста	5	Практические занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf ; http://www.pervaja.nios.ru/sites/default/files/zheleznyak_sportigry_0.pdf	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
2	Остановка «прыжком»	5	Практические занятия	http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf	Познавательное направление воспитания: стремление к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и потребностей.
3	Остановка «В два шага»	5	Практические занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf ; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf	Познавательное направление воспитания: стремление к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и потребностей.
4	Передачи мяча	5	Практические занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf ; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.

5	Ловля мяча	5	Практически е занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltn.pdf ; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf	Познавательное направление воспитания: стремление к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и потребностей.
6	Ведение мяча	5	Практически е занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltn.pdf ; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
7	Броски в кольцо	5	Практически е занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltn.pdf ; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
8	Подвижные игры	5	Практически е занятия	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
Волейбол		45			

9	Перемещения	9	Практически е занятия	http://www.shkola-savina.ru/treneram/metodicheskaya-literatura.html ; https://www.youtube.com/watch?v=xMBXX5xE8ro&list=PL6y_o_CmMg3N5DzbJpqHTxN0D-9pXXmc&index=5	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
10	Передача	9	Практически е занятия	https://multiurok.ru/files/volieibol-obucheniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
11	Нижняя прямая подача с середины площадки	9	Практически е занятия	https://multiurok.ru/files/volieibol-obucheniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
12	Прием мяча	9	Практически е занятия	https://multiurok.ru/files/volieibol-obucheniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.

13	Подвижные игры и эстафеты	9	Практические занятия	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания_спортивные_игры; https://urok.1sept.ru/articles/650949; https://multiurok.ru/files/katalog-podvizhnykh-igr-na-urokakh-voleibola.html	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
Футбол		46			
14	Стойки и перемещения	9	Практические занятия	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
15	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов	10	Практические занятия	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
16	Удар внутренней стороной стопы по мячу,	9	Практические занятия	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html	Трудовое воспитание: воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно

	котящемуся навстречу				достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в труде, профессиональной деятельности.
17	Передачи мяча	9	Практические занятия	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9klz2ipUzJcFkLKIE6 ; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
18	Подвижные игры	9	Практические занятия	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры	Эстетическое воспитание: формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства.
Физическая подготовка в процессе занятий					
Итого		136			

6 класс

№ п/п	Тематические блоки, темы	Кол-во часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Реализация воспитательного потенциала учебного занятия с учётом направлений рабочей программы воспитания
Баскетбол		45			
1	Стойки и перемещения	5	Практические занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltn.pdf ;	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия,

				http://www.pervaja.nios.ru/sites/default/files/zheleznyak._sportigry_0.pdf	личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
2	Остановки баскетболиста	5	Практические занятия	http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
3	Передачи мяча	5	Практические занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltn.pdf ; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
4	Ловля мяча	5	Практические занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltn.pdf ; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
5	Ведение мяча	5	Практические занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltn.pdf ; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.

6	Броски в кольцо	5	Практические занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketbolmtm.pdf ; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/20211uhanin.pdf	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
7	Игра в защите	5	Практические занятия	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketbolmtm.pdf ; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/20211uhanin.pdf	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
8	Игра в нападении	5	Практические занятия	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
9.	Тестирование	2	Тестирование	http://fcomofv.ru/files/ioe/documents/5PIGHILARXCDPMVGZTLT.pdf ; http://elibrary.sgu.ru/uch_lit/2404.pdf	Познавательное направление воспитания: стремление к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и потребностей.
10	Игра. Участие в соревнованиях	3	Практические занятия	https://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/105988/1_V.A._Zajcev._Uchebno__metodicheskoe_posobie.pdf?sequence=1	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий

					народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
Волейбол		45			
11	Закрепление техники передачи	9	Практически е занятия, просмотр видеоролика в, беседа	http://www.shkola-savina.ru/treneram/metodicheskaya-literatura.html ; https://www.youtube.com/watch?v=xMBXX5xE8ro&list=PL6y_o_CmMg3N5DzbJpqHTxN0D-9pXXmc&index=5	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.
12	Индивидуальные тактические действия в защите.	9	Практически е занятия	https://multiurok.ru/files/volieibol-obucheniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
13	Верхняя прямая подача	9	Практически е занятия	https://multiurok.ru/files/volieibol-obucheniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html	Физическое воспитание: развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.

14	Закрепление техники приема мяча с подачи	9	Практически е занятия	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
15	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	9	Практически е занятия	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры; https://urok.1sept.ru/articles/650949; https://multiurok.ru/files/katalog-podvizhnykh-igr-na-urokakh-voleibola.html	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
Футбол		46			
16	Остановка катящегося мяча.	11	Практически е занятия	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
17	Ведение мяча.	11	Практически е занятия, просмотр	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных

			видеоролико в, беседа		российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
18	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	11	Практически е занятия, просмотр видеоролико в, беседа	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6 ; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html	Трудовое воспитание: воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в труде, профессиональной деятельности.
19	Подвижные игры	10	Практически е занятия, просмотр видеоролико в, беседа	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6 ; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html	Духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям.
Физическая подготовка в процессе занятий					
Итого		136			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 63716907039522228662567763418834263955262654935

Владелец Бехтерева Лидия Борисовна

Действителен с 25.02.2025 по 25.02.2026