

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

МО Богородицкий район

МОУ СШ № 29

Согласовано	Принято	Утверждено
Заместитель директора по УВР  / Жукова О.В. «21» августа 2024 г.	на заседании Педагогического совета «21» августа 2024 г. протокол № 7	 Директор школы  Жуков Р.В. «27» августа 2024 г. приказ № 112

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 5084857)

Спортивные игры

для обучающихся 5, 6 классов

село Новопокровское, Богородицкий район, Тульская область 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления «Спортивные игры» в 5 классе составлена на основе следующих документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон № 273) (ст.2,12-16, 28).
2. Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
3. Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. N 540 "Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)" (с изменениями и дополнениями).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Цель внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления — формирование физической культуры личности школьника по средством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Задачи физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности обеспечивает:

1. Формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих ее культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы.
2. Совершенствование навыков в базовых двигательных действиях, их вариативного использования в игровой деятельности и самостоятельных учебных занятиях.
3. Формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения.
4. Расширение функциональных возможностей систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей.
5. Формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнования.
6. Освоение сложно координированных действий.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы 11-13 лет не имеющие противопоказаний для занятий физкультурой.

На реализацию курса отводится 1 час в неделю (34 часа в год). Продолжительность занятия 40 минут. Режим занятий обусловлен нормативно-правовой общеобразовательной базой

Весь учебный материал программы распределён в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических умений и навыков.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

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.

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки: 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 СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Работа по программе строится на общепедагогических принципах: последовательности, доступности, учёта возрастных и индивидуальных особенностей, а также на дидактических принципах сознательности и активности, принципе систематичности и последовательности, наглядности обучения.

Методы обучения

Организационная часть: подготовка места проведения занятий, инвентаря и оборудования, необходимых для занятия. Тема занятия, правила техники безопасности, настрой на учебную работу.

Теоретическая часть: повторение и объяснение материала. Показ иллюстраций, образцов, учебных пособий, видео, фото показ.

Практическая часть: выполнение учащимися задания.

Подведение итогов занятия: организация построения, самоанализ занятия. Информация. Уборка инвентаря и оборудования.

Выбор метода определяется возрастом, подготовленностью, квалификацией учеников, задачей, изучаемым материалом, применяемыми средствами, условиями занятий, профессиональной подготовленностью самого тренера и другими факторами.

Используются методы:

- словесные – объяснение терминов, технических действий, анатомического строения организма, исторические ссылки;
- наглядные – демонстрация технических действий;
- практические – выполнение учениками технических действий;
- объяснительно-иллюстративные – использование видео материалов.

Содержание учебного предмета(34 ч), 1-ый год обучения

Основы знаний (в течении занятий)

- Правила и организация проведения.
- Терминология.
- Основы правильной техники.
- Поведение занимающегося.
- Законы спортивного благополучия.

Спортивные игры:

Футбол (10 ч):

- Способы перемещения, ведение мяча, отбор мяча.
- Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Прием (остановка) мячей.

- Комплексное выполнение технических приемов.
- Тактика игры в атаке. Тактика игры в обороне. Тактика игры вратаря.

Волейбол (12 ч):

- Основные элементы стоек, техник передвижения, остановок
- Прием и передача мяча
- Нижняя прямая подача
- Тактика игры

Баскетбол (12 ч)

- Основные элементы техники передвижения
- Ловля и передача мяча
- Ведением мяча
- Броски мяча
- Техника нападения и защиты, владения мячом
- Тактика игры

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- развитие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
- формирование морально-этических принципов (понятия честности как нормы, доброжелательности как качественного состояния, проращению таких качеств как доброта, в сочетании с волей; мягкость, в сочетании с силой; самодисциплина, в сочетании с умением расслабляться);
- развитие общей культуры и гражданской, патриотической позиции.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками;
- занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

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.
- Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями основных физических данных.
- Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения соревнований.

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

- методику разучивания и отработки отдельных технических элементов, их комбинаций и комплексов;
- технику передвижений;
- назначение и организацию соревнований, экзаменов, аттестаций;
- 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;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;

- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;

выполнять:

- 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.

Список литературы 1. Гринлер К. и др. «Физическая подготовка футболистов», М: ПК, 1976. 2. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение» 1992г.3. Колос В.М. «Баскетбол: теория и практика» Минск 1989г.4. Колодиницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов, М.: Просвещение, 2011.- 77с.5. Киселев П.А., Кисилева С.Б. Справочник учителя физической культуры, Волгоград: Учитель, 2011.- 251с.6. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2001 год.7. Монаков Г.В. «Техническая подготовка футболистов, методика и планирование», М: ФиС, 2000. 8. Примерные программы по учебным предметам. П76 Физическая культура. 5-9 классы: проект.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-61с.-(Стандарты второго поколения). 9. Железняк Ж.Д., Чачин А.В., Сыромятников Ю.П. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для В67 детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный).- М.: Советский спорт. 2005.-112с.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Футбол	10	Игра в футбол	Отработка техники передвижения и владения мячом	http://footballtrainer.ru/books/football
2	Баскетбол	12	Игра в баскетбол	Отработка техники передвижения и владения мячом	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
3	Волейбол	12	Игра в волейбол	Отработка техники передвижения и владения мячом	http://www.volley.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Футбол	10	Игра в футбол	Отработка техники передвижения и владения мячом	http://footballtrainer.ru/books/football
2	Баскетбол	12	Игра в баскетбол	Отработка техники передвижения и владения мячом	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
3	Волейбол	12	Игра в волейбол	Отработка техники передвижения и владения мячом	http://www.volley.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Физподготовка.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
2	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
3	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
4	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. Футбол.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
5	Эстафета на закрепление и совершенствование	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football

	технических приемов. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки. Футбол.				
6	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. Футбол.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
7	Отработка паса щечкой в парах. Футбол	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
8	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Футбол.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
9	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Футбол	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
10	Отработка передач в движении, передача мяча на ход. Футбол	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
11	ИОТ № 052 2017. История возникновения баскетбола. Инструктаж	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила

	по технике безопасности. Технические приёмы в баскетболе: основная стойка, перемещение в стойке, держание мяча. Комплекс упражнений на развитие быстроты движения.				
12	Технические приёмы в баскетболе: защитная стойка баскетболиста, передвижение по площадке без мяча, остановка в два шага без мяча.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
13	Технические приёмы в баскетболе: перемещение в стойке, остановка в два шага и прыжком без мяча, ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Комплекс упражнений на развитие «чувства мяча», скоростных и координационных способностей.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
14	Технические приёмы в	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила

	баскетболе: повороты на месте в стойке, ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и с шагом вперёд, ведение мяча на месте . Комплекс упражнений на развитие « чувства мяча» , скоростных и координационных способностей.				
15	Повороты на месте в стойке. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте и в движении. Контроль техники передачи мяча на месте и с шагом вперёд.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
16	Технические приёмы в баскетболе: комбинации из освоенных элементов техники перемещения, ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте и в движении. Броски мяча двумя руками от головы.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила

	Учебная игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.				
17	Технические приёмы в баскетболе: комбинации из освоенных элементов техники перемещения, ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте и в движении. Броски мяча двумя руками от головы.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
18	Сочетание изученных приёмов техники перемещения и владения мячом. Броски одной и двумя руками на месте.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
19	Сочетание изученных приёмов техники перемещения и владения мячом. Оценка техники выполнения бросков одной и двумя руками на месте. Учебная игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
20	Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила

	Техника ведения мяча правой и левой рукой. Техника броска мяча одной рукой от плеча с места. Основные правила игры в мини-баскетбол.				
21	Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом. Оценка техники ведения мяча на месте и в движении.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
22	Тактические действия: тактика свободного нападения. Учебная игра в мини-баскетбол по упрощённым правилам 3х3.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
23	ИОТ № 051 2017 История возникновения волейбол. Инструктаж по технике безопасности. Технические приёмы в волейболе: основная стойка и передвижение в стойке по площадке. Основные правила игры в волейбол.	1	0	1	http://www.volley.ru/
24	Приём и передача мяча	1	0	1	http://www.volley.ru/

	сверху двумя руками на месте. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.				
25	Технические приёмы в волейболе: основная стойка и передвижение в стойке по площадке.	1	0	1	http://www.volley.ru/
26	Приём и передача мяча сверху двумя руками на месте. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.	1	0	1	http://www.volley.ru/
27	Основная стойка волейболиста, способы передвижения по площадке без мяча, передача мяча сверху двумя руками на месте и в движении. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и	1	0	1	http://www.volley.ru/

	координационных способностей.				
28	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	0	1	http://www.volley.ru/
29	Нижняя прямая подача. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.	1	0	1	http://www.volley.ru/
30	Технические приёмы в волейболе: передвижение по площадке, приём и передача мяча сверху двумя руками на месте и в движении. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.	1	0	1	http://www.volley.ru/
31	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	0	1	http://www.volley.ru/
32	Приём и передача мяча сверху двумя руками на месте и в движении. Комплекс упражнений на развитие скоростных,	1	0	1	http://www.volley.ru/

	скоростно-силовых и координационных способностей.				
33	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	0	1	http://www.volley.ru/
34	Приём и передача мяча сверху двумя руками на месте и в движении. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.	1	0	1	http://www.volley.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Физподготовка.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
2	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
3	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
4	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. Футбол.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
5	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов. Развитие скоростных и	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football

	скоростно-силовых способностей, прыжки. Футбол.				
6	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. Футбол.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
7	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
8	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Футбол.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
9	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Футбол.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
10	Отработка передач в движении, передача мяча на ход. Футбол.	1	0	1	http://footballtrainer.ru/books/football
11	ИОТ № 052 2017. История возникновения баскетбола. Инструктаж по технике безопасности. Технические приёмы в	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила

	баскетболе: основная стойка, перемещение в стойке, держание мяча. Комплекс упражнений на развитие быстроты движения.				
12	Технические приёмы в баскетболе: защитная стойка баскетболиста, передвижение по площадке без мяча, остановка в два шага без мяча.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
13	Технические приёмы в баскетболе: перемещение в стойке, остановка в два шага и прыжком без мяча, ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Комплекс упражнений на развитие «чувства мяча», скоростных и координационных способностей.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
14	Технические приёмы в баскетболе: повороты на месте в стойке, ловля и	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила

	передача мяча двумя руками от груди на месте и с шагом вперёд, ведение мяча на месте . Комплекс упражнений на развитие « чувства мяча» , скоростных и координационных способностей.				
15	Повороты на месте в стойке. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Ведение мяча на месте и в движении. Контроль техники передачи мяча на месте и с шагом вперёд.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
16	Технические приёмы в баскетболе: комбинации из освоенных элементов техники перемещения, ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте и в движении. Броски мяча двумя руками от головы. Учебная игра по упрощённым правилам	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила

	мини-баскетбола.				
17	Технические приёмы в баскетболе: комбинации из освоенных элементов техники перемещения, ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте и в движении. Броски мяча двумя руками от головы.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
18	Сочетание изученных приёмов техники перемещения и владения мячом. Броски одной и двумя руками на месте.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
19	Сочетание изученных приёмов техники перемещения и владения мячом. Оценка техники выполнения бросков одной и двумя руками на месте. Учебная игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
20	Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Техника ведения мяча правой и левой рукой.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила

	Техника броска мяча одной рукой от плеча с места. Основные правила игры в мини-баскетбол.				
21	Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом. Оценка техники ведения мяча на месте и в движении.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
22	Тактические действия: тактика свободного нападения. Учебная игра в мини-баскетбол по упрощённым правилам 3х3.	1	0	1	https://russiabasket.ru/federation/documents?cat=правила
23	ИОТ № 051 2017 История возникновения волейбол. Инструктаж по технике безопасности. Технические приёмы в волейболе: основная стойка и передвижение в стойке по площадке. Основные правила игры в волейбол.	1	0	1	http://www.volley.ru/
24	Приём и передача мяча сверху двумя руками на месте. Комплекс	1	0	1	http://www.volley.ru/

	упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.				
25	Технические приёмы в волейболе: основная стойка и передвижение в стойке по площадке.	1	0	1	http://www.volley.ru/
26	Приём и передача мяча сверху двумя руками на месте. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.	1	0	1	http://www.volley.ru/
27	Основная стойка волейболиста, способы передвижения по площадке без мяча, передача мяча сверху двумя руками на месте и в движении. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.	1	0	1	http://www.volley.ru/

28	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	0	1	http://www.volley.ru/
29	Нижняя прямая подача. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.	1	0	1	http://www.volley.ru/
30	Технические приёмы в волейболе: передвижение по площадке, приём и передача мяча сверху двумя руками на месте и в движении. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.	1	0	1	http://www.volley.ru/
31	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	0	1	http://www.volley.ru/
32	Приём и передача мяча сверху двумя руками на месте и в движении. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных	1	0	1	http://www.volley.ru/

	способностей.				
33	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	0	1	http://www.volley.ru/
34	Приём и передача мяча сверху двумя руками на месте и в движении. Комплекс упражнений на развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей.	1	0	1	http://www.volley.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	34	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ШКОЛА № 29"**, Колмыков Роман Викторович, ДИРЕКТОР

09.09.24 13:44 (MSK)

Сертификат 03C4B6BE57EBCAD1EDA27E168F1CDFD6