Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 26
г.Екатеринбурга Свердловской области

«Рассмотрено» **на заседании ШМО учителей** **Руководитель ШМО** (ФИО) **Лебедева Т.Г.** **Протокол № 1 от 27.08 2025 г**	**«Согласовано»** **Директор школы** (ФИО) **Ляпина Н.А.** **27.08.2025г.**	**Принято** **на заседании педагогического совета МАОУ СОШ №26** **Протокол № 11** **27.08.2025г.**	**«Утверждаю»** **Директор школы** (ФИО) **Ляпина Н.А.** **Приказ 220 -О** **27.08.2025г.**Печать

Рабочая программа

по курсу по выбору «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

ФГОС ООО для 5-8 класса

Екатеринбург

Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена на основе общей программы физического воспитания учащихся по обновлённому ФГОС.

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей в наши дни становится все более актуальной: мы наблюдаем резкое снижение процентов здоровых детей. Этому может быть много объяснений: неблагоприятная экологическая обстановка, снижение уровня жизни некоторых слоев населения, значительные нервно-психические нагрузки и др. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранении здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Значительная роль в формировании здорового образа жизни у детей отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

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 «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.

Программа «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 5-8 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 час в неделю в каждом в 5 классе (34 часа в год) , 1 час в неделю в 6 классе (34 часа в год), 1 час в неделю в 7 классе (34 часа в год), 1 часа в неделю в 8 класс (34 часа в год), всего 136 часов за время обучения.

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. 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. Бег с преодолением препятствий, бег до 8 минут. Прыжки с поворотом на 90°, 180º, с места , со скакалкой, с высоты до 40 см, напрыгивание на скамейку. . Лазание по гимнастической стенке, канату. ***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

. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, 50 метров. напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого мяча на дальность и в цель. метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями.

Баскетбол

1. *Основы знаний.* Антропометрические измерения. Питание и его значение для роста и развития. Что общего в спортивных играх и какие между ними различия? Закаливание организма.
2. *Специальная подготовка.* Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка в два шага и прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди с шагом и со сменой мест, в движении. Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, бросок одной рукой после ведения.

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

Волейбол

1. *Основы знаний.* Основные правила игры в волейбол. Самоконтроль и его основные приёмы. Мышечная система человека. Понятие о здоровом образе жизни. Режим дня и здоровый образ жизни. Утренняя физическая зарядка.
2. *Специальная подготовка.* Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками

вперёд-вверх. Нижняя прямая подача. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Футбол

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

2. *Специальная подготовка.* Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) и вертикальную (полоса шириной 2 метра, длиной 5-6 метров) мишень. Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов. Подвижные игры: «Передал – садись»,
«Передай мяч головой».

<u>7 класс</u>

Общая физическая подготовка

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, 50 метров. Бег с преодолением препятствий. длительный бег 10-12 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Упражнения с гантелями.

Баскетбол

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

2. *Специальная подготовка.* Повороты на месте. Остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх. Ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока. Челночное ведение. Передача одной рукой от плеча после ведения при встречном движении. Броски в движении после двух шагов. Учебная игра.

Волейбол

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

2. *Специальная подготовка.* Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений. Нижняя прямая подача. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Пионербол».

Футбол

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

2. *Специальная подготовка.* Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной 1,5 метра, длиной до 7-8 метров) и вертикальную (полоса шириной 2 метра, длиной 5-6 метров) мишень. Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов. Эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнёру. Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол).

<u>8 класс</u>

Общая физическая подготовка

Упражнения для рук и плечевого пояса; для мышц шеи; для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах – повороты, наклоны, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления. Акробатические упражнения.

Игры с мячом; игры с бегом, с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, метание в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Баскетбол

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

1. Специальная подготовка. Повороты на месте. Остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх. Ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока. Челночное ведение. Передача одной рукой от плеча после ведения при встречном движении. Броски в движении после двух шагов. Учебная игра.

Волейбол

1. Основы знаний. Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнений.

2. Специальная подготовка.

Верхняя передача двумя руками в прыжке. Прямой нападающий удар. Верхняя, нижняя передача двумя руками назад. Совершенствование приема мяча с подачи и в защите. Двусторонняя учебная игра. Одиночное блокирование и страховка. Командные тактические действия в нападении и защите. Подвижные игры.

Футбол

1. Основы знаний.

Правила игры в футбол. Роль команды и значение взаимопонимания для игры. Роль капитана команды, его права и обязанности.

Пояснения к правилам игры в футбол. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечание, предупреждение и удаление игроков с полей.

Планирование спортивной тренировки. Методы развития спортивной работоспособности футболистов. Виды соревнований. Система розыгрыша. Правила соревнований, их организация и проведение.

2. Специальная подготовка

Упражнения для развития силы. Приседания с отягощением с последующим быстрым выпрямлением подскоки и прыжки после приседания без отягощения и с отягощением. Приседание на одной ноге с последующим подскоком вверх. Лежа на животе сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора. Броски набивного мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность. Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Толчки плечом партнера. Борьба за мяч.

Для вратаря: из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах. То же, но отталкиваясь от стены ладонями и пальцами. В упоре лежа передвижение на руках вправо (влево) по кругу (носки ног на месте). В упоре лежа хлопки ладонями. Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевыми амортизаторами. Сжимание теннисного (резинового) мяча. Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками. Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность. Ловля набивных мячей, направляемых 2 –3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

Упражнения для развития быстроты. Повторное пробегание коротких отрезков (10 – 30 м) из различных исходных положений. Бег с изменениями (до 180*). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением скорости. Челночный бег лицом и спиной вперед. Бег боком и спиной вперед (10 – 20 м) наперегонки. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками. Бег с быстрым изменением способа передвижения. Ускорения и рывки с мячом (до 30 м). Обводка препятствий (на скорость). Рывки к мячу с последующим ударам по воротам.

Упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой (для вратарей); те же, выполняя в прыжке поворот на 90 – 180*. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и

ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону. Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Ведение мяча головой. Подвижные игры.

Упражнения для развития специальной выносливости. Переменный и поворотный бег с мячом. Двусторонние игры. Игровые упражнения с мячом (трое против трех, двое против двух и т.д.) большой интенсивности. Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течении 3 – 10 мин.

Упражнения для формирования умения двигаться без мяча.

Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом, изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения. Цикличный бег (с поворотным скачком на одной ноге). Прыжки: вверх, верх – вперед, вверх – назад, вверх – вправо, вверх – влево, толчком двух ног с места и толчком на одной и двух ногах с разбега. Для вратарей: прыжки в сторону с падением перекатом. Повороты во время бега переступая и на одной ноге. Остановки во время бега – выпадом, прыжком, переступанием.

2. Планируемые результаты освоения обучающимися программы

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 исключающего 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.

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.

Предметные результаты на базовом уровне должны отражать сформированность у обучающихся умений:

-применять знания о способах двигательной деятельности при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

- сохранять и укреплять свое здоровья;;
- применять физические упражнения для сохранения и укрепления здоровья;
- 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.
- 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;
- 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.

3. Тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Тематические блоки, темы	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Баскетбол		**12**	
1	Стойки и перемещения баскетболиста	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf;
2	Стойки и перемещения баскетболиста	1	http://www.pervaja.nios.ru/sites/default/files/zheleznyak._sportigry_0.pdf
3	Остановка «прыжком»	1	http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
4	Остановка «В два шага»	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
5	Передачи мяча	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
6	Ловля мяча	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
7	Ведение мяча	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
8	Броски в кольцо	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
9	Подвижные игры	1	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры
10	Подвижные игры	1	
11	Подвижные игры	1	
12	Подвижные игры	1	
Волейбол		**12**	
13	Перемещения	1	http://www.shkola-savina.ru/treneram/metodicheskaya-literatura.html;
14	Перемещения	1	https://www.youtube.com/watch?v=xMBXX5xE8ro&list=PL6y_o_CmMg3N5DzbJpqHTxN0D-_9pXXmc&index=5
15	Передача	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
16	Передача	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
17	Передача	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
18	Нижняя прямая подача с середины площадки	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html

19	Нижняя прямая подача с середины площадки	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
20	Прием мяча	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
21	Прием мяча	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
22	Подвижные игры и эстафеты	1	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры;
23	Подвижные игры и эстафеты	1	https://multiurok.ru/files/katalog-podvizhnykh-igr-na-urokakh-voleibola.html
24	Подвижные игры и эстафеты	1	https://multiurok.ru/files/katalog-podvizhnykh-igr-na-urokakh-voleibola.html
25	Стоики и перемещения	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
26	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
27	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
28	Подвижные игры и эстафеты	1	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
29	Подвижные игры и эстафеты	1	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
30	Подвижные игры и эстафеты	1	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
31	Подвижные игры	1	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры
32	Подвижные игры	1	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры
33	Подвижные игры	1	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры
34	Подвижные игры	1	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры

6 класс

№ п/п	Тематические блоки, темы	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	Баскетбол	**12**	
1	Стойки и перемещения	1	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
2	Остановки баскетболиста	1	http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
3	Передачи мяча	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
4	Ловля мяча	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
5	Ведение мяча	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
6	Броски в кольцо	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
7	Игра в защите	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
8	Игра в нападении	1	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры
9.	Тестирование	1	http://fcomofv.ru/files/ioe/documents/5PIGHILARXCDPMVGZTLT.pdf; http://elibrary.sgu.ru/uch_lit/2404.pdf
10	Участие в соревнованиях	1	https://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/105988/1_V.A._Zajcev._Uchebno__metodicheskoe_posobie.pdf?sequence=1
11	Участие в соревнованиях	1	https://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/105988/1_V.A._Zajcev._Uchebno__metodicheskoe_posobie.pdf?sequence=1
12	Участие в соревнованиях	1	https://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/105988/1_V.A._Zajcev._Uchebno__metodicheskoe_posobie.pdf?sequence=1
	Волейбол	**12**	
13	Индивидуальные тактические действия в нападении.	1	http://www.shkola-savina.ru/treneram/metodicheskaya-literatura.html;
14	Индивидуальные тактические действия в нападении.	1	https://www.youtube.com/watch?v=xMBXX5xE8ro&list=PL6y_o_CmMg3N5DzbJpqHTxN0D-_9pXXmc&index=5;
15	Индивидуальные тактические действия в нападении.	1	http://centr-vnesh-rab.narod.ru/metod_ehkpofkis_volejbol_astakhova_krakhmalev_stre.pdf

16	Индивидуальные тактические действия в защите.	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
17	Индивидуальные тактические действия в защите.	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
18	Закрепление техники передачи	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
19	Закрепление техники передачи	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
20	Верхняя прямая подача	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
21	Верхняя прямая подача	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
22	Закрепление техники приема мяча с подачи	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
23	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	1	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
24	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	1	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
Футбол		**10**	
25	Удар по мячу	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
26	Удар по мячу	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
27	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
28	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
29	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
30	Игра по упрощенным правилам.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
31	Игра по упрощенным правилам.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
32	Игра по упрощенным правилам.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html

33	Подвижные игры.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
34	Подвижные игры.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
Итого		34	

7 класс

№ п/п	Тематические блоки, темы	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Баскетбол		**12**	
1	Стойки и перемещения	1	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
2	Остановки баскетболиста	1	http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
3	Передачи мяча	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
4	Ловля мяча	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
5	Ведение мяча	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
6	Броски в кольцо	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
7	Игра в защите	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
8	Игра в защите	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
9	Игра в нападении	1	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры
10	Игра в нападении	1	https://nashaucheba.ru/v16509/найминова_3._методика_преподавания._спортивные_игры
11	Диагностирование и тестирование	1	http://fcomofv.ru/files/ioe/documents/5PIGHILARXCDPMVGZTLT.pdf; http://elibrary.sgu.ru/uch_lit/2404.pdf
12	Участие в соревнованиях	1	https://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/105988/1_V.A._Zajcev._Uchebno__metodicheskoe_posobie.pdf?sequence=1

Волейбол		**12**	
13	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	1	http://www.shkola-savina.ru/treneram/metodicheskaya-literatura.html; http://centr-vnesh-rab.narod.ru/metod_ehkpofkis_volejbol_astakhova_krakhmalev_stre.pdf
14	Прямой нападающий удар	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
15	Совершенствование верхней прямой подачи	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
16	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
17	Двусторонняя учебная игра	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
18	Двусторонняя учебная игра	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
19	Двусторонняя учебная игра	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
20	Двусторонняя учебная игра	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
21	Одиночное блокирование	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
22	Одиночное блокирование	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
23	Страховка при блокировании	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
24	Страховка при блокировании	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
Футбол		**10**	
25	Удар по мячу	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
26	Удар по мячу	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
27	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html

28	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
29	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
30	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
31	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
32	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
33	Участие в соревнованиях	1	https://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/105988/1_V.A._Zajcev._Uchebno__metodicheskoe_posobie.pdf?sequence=1
34	Участие в соревнованиях	1	https://dspace.kpfu.ru/xmlui/bitstream/handle/net/105988/1_V.A._Zajcev._Uchebno__metodicheskoe_posobie.pdf?sequence=1
Итого		34	

8 класс

№ п/п	Тематические блоки, темы	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	Баскетбол	**12**	
1	Стойки и перемещения . Остановки баскетболиста	1	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
2	Стойки и перемещения . Остановки баскетболиста	1	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
3	Передача и ловля мяча. Ведение мяча	1	http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
4	Передача и ловля мяча. Ведение мяча	1	http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
5	Передача и ловля мяча. Ведение мяча	1	http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
6	Броски в кольцо. Игра в защите	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
7	Броски в кольцо. Игра в защите	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
8	Игра в нападении. Диагностирование и тестирование	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
9	Двухсторонняя игра	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
10	Двухсторонняя игра	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
11	Двухсторонняя игра	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf

12	Судейство и организация соревнований	1	https://tasu-sport.yam.sportsng.ru/media/2018/06/26/1240844355/basketboltm.pdf; http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/15891/2/2021luhanin.pdf
Волейбол		**12**	
13	Верхняя передача двумя руками в прыжке.	1	http://www.shkola-savina.ru/treneram/metodicheskaya-literatura.html;
14	Прямой нападающий удар	1	https://www.youtube.com/watch?v=xMBXX5xE8ro&list=PL6y_o_CmMg3N5DzbJpqHTxN0D-_9pXXmc&index=5; http://centr-vnesh-rab.narod.ru/metod_ehkpofkis_volejbol_astakhova_krakhmalev_stre.pdf
15	Передача двумя руками назад Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
16	Одиночное блокирование и	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
	страховка		
17	Двусторонняя учебная игра	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
18	Двусторонняя учебная игра	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
19	Двусторонняя учебная игра	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
20	Двусторонняя учебная игра	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
21	Командные тактические действия в нападении и защите	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
22	Командные тактические действия в нападении и защите	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
23	Судейская практика Соревнования	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
24	Судейская практика Соревнования	1	https://multiurok.ru/files/volieibol-obuchieniie-tiekhnikie-mietodikie-ighry.html
Футбол		**10**	
25	Удар по мячу	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
26	Удар по мячу	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
27	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html

28	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
29	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов.	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
30	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
31	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
32	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.html
33	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	1	https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6; l
34	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	1	https://footbolno.ru/kak-nauchitsya-igrat-v-futbol-s-nulya.htm
Итого		34	