

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ
ТАТАРСТАН

Муниципальное казенное учреждение "Управление образования
Исполнительного комитета муниципального образования г.Казани
МБОУ "Школа №87"

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО
начальной школы

Ж.И.Нигметзянова Ж.И.Нигметзянова
«25» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

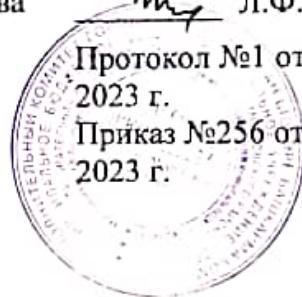
Заместитель директора
по УР

Л.А.Ахметзянова Л.А.Ахметзянова
«26» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Л.Ф.Шарафуллина Л.Ф.Шарафуллина
Протокол №1 от «28» августа
2023 г.
Приказ №256 от «28» августа
2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного курса «Баскетбол»
для обучающихся 2-4 классов



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 09A9D000C3AEF7A4452E0401A822174C
Владелец: Шарафуллина Лейсан Файмовна
Действителен с 29.06.2022 до 29.09.2023

г.Казань, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по учебному курсу «Баскетбол» на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по учебному курсу «Баскетбол» разработана с учётом потребности современного российского общества в подготовке спортивного резерва по баскетболу, и направлена на широкое распространение спортивной игры в массы.

Баскетбол, является отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств ребенка. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Большое значение при этом имеет влияние, которое оказывают занятия баскетболом на рост и развитие мозга учащегося.

Баскетбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в баскетбол, развитию физических способностей.

Целью образования по учебному курсу «Баскетбол» на уровне начального общего образования является формирование установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения; развитие навыков самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья; обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Данная программа содержит материал теоретических и практических занятий. Теоретическая подготовка включает вопросы истории и современного состояния баскетбола, правил соревнований по баскетболу, техники безопасности, а также вопросы, связанные с гигиеническими требованиями. Физическая подготовка дифференцирована на упражнения общей и специальной подготовки. Техническая подготовка включает упражнения без мяча и с мячом. В состав упражнений с мячом входят передача, прием, ведение и броски по кольцу. Тактические действия включают действия (индивидуальные и командные) игрока в нападении и защите.

Содержание программы изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Общая Физическая Подготовка (ОФП)», «Специальная Физическая подготовка (СФП)», «Техническая подготовка», «Тактическая подготовка» и «Интегральная подготовка».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов для изучения учебного курса «Баскетбол» на уровне начального общего образования составляет – 102 часа: во 2 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 3 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 4 классе – 34 часа (1 час в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2 КЛАСС

Общая Физическая Подготовка (ОФП)

Рывки на 10 и 15 м. из разных положений (стоя, сидя и лежа).Прыжки на скакалке.Отжимания от пола.Бег с ускорениями из разных исходных положений.Стартовые ускорения по сигналу. Упражнения для рук и плечевого пояса.Упражнения для всех групп мышц.Упражнения шеи и туловища.Упражнения для развития гибкости.Упражнения для развития ловкости.

Специальная Физическая подготовка (СФП)

Передвижения в защитной стойке вперед-назад.Передвижения в защитной стойке влево-вправо.Челночный бег с мячом.Челночный бег без мяча.Челночный бег в защитной стойке.

Техническая подготовка

Техника передвижения приставными шагами в сторону, назад, вперед.Повороты вперед, назад.Прыжок толчком двух ног.Ведение мяча на месте.Ведение мяча по прямой.Ведение мяча с высоким отскоком.Ведение мяча с низким отскоком.Ведение мяча со зрительным контролем.Передачи мяча одной рукой с места.Передачи мяча двумя руками сверху.Передачи мяча двумя руками от плеча (с отскоком).Передачи мяча двумя руками от груди (с отскоком).Передачи мяча двумя руками снизу (с отскоком).Ловля мяча двумя руками на месте.Броски в кольцо одной рукой сверху.Броски в кольцо одной рукой от плеча.Броски в кольцо одной рукой с отскоком от щита.Броски в кольцо одной рукой с места.Броски в кольцо одной рукой в движении.

Тактическая подготовка

Противодействие получению мяча.Противодействие выходу на свободное место.Противодействие розыгрышу мяча.Противодействие атаке кольца.Выход для получения мяча.Обманные движения.Атака кольца.Упр. "передай мяч и выходи".

Интегральная подготовка

Игра "Пятнашки".Игра «Передача мяча в колоннах».Игра "Ловля парами".Игра «Мяч на полу».Игра «Не давай мяч водящему».Игра «Ловец с мячом - Хищник».Игра «Играй, играй мяч не теряй».Игра «Обгони мяч».Игра «За мячом».

3 КЛАСС

Общая Физическая Подготовка (ОФП)

Рывки на 10 и 15 м. из разных положений (стоя, сидя и лежа).Прыжки через скамейку.Прыжки на скакалке.Отжимания от пола.Бег с ускорениями из разных исходных положений.Бег с максимальной скоростью и собиранием малых предметов, лежащих на полу.Стартовые ускорения по сигналу.Упражнения для рук и плечевого пояса.Упражнения для всех групп мышц.Упражнения шеи и туловища.Упражнения для развития гибкости.Упражнения для развития ловкости.

Специальная Физическая подготовка (СФП)

Передвижения в защитной стойке вперед-назад.Передвижения в защитной стойке влево-вправо.Челночный бег с мячом.Челночный бег без мяча.Челночный бег в защитной стойке. Прыжки с продвижением и изменением направлений, поворотами вправо и влево.

Техническая подготовка

Стойка баскетболиста «Тройная угроза».Стойка в сочетании с передвижениями.Техника передвижения приставными шагами.Повороты, стоя на месте (вперед, назад).Повороты в сочетании с передвижениями и остановками.Ходьба, бег приставными шагами с поворотами на 180 и 360 градусов.Стойка защитника с выставленной ногой вперед.Стойка защитника со ступнями ног на одной линии.Передачи мяча двумя руками (сопровождающие).Передачи мяча одной рукой с места.Передачи мяча одной рукой в движении.Передачи мяча одной рукой сверху.Передачи мяча одной рукой от головы.Передачи мяча одной рукой от плеча (с отскоком).Ведение мяча без зрительного контроля.Ведение мяча по дугам.Ведение мяча по кругам.Ведение мяча зигзагом.Броски в кольцо одной рукой (средние).Броски в кольцо одной рукой (ближние).Броски в кольцо одной рукой прямо перед щитом.Броски в кольцо одной рукой под углом к щиту.Броски в кольцо одной рукой параллельно щиту.

Тактическая подготовка

Противодействие получению мяча.Противодействие выходу на свободное место.Противодействие розыгрышу мяча.Противодействие атаке кольца.Выход для получения мяча.Обманные движения.Атака кольца.Упр. "передай мяч и выходи".

Интегральная подготовка

Игра "Пятнашки".Игра «Передача мяча в колоннах».Игра «Мяч соседу».Игра "Салки спиной к щиту".Игра "Ловец и перехватчик".Игра "Салки в тройках".Игра «Мяч на полу».Игра «Не давай мяч водящему».Игра

«Ловец с мячом - Хищник».Игра «10 передач».Игра «Играй, играй мяч не теряй».Игра «Обгони мяч».

4 КЛАСС

Общая Физическая Подготовка (ОФП)

Рывки на 10 и 15 м. из разных положений (стоя, сидя и лежа). Прыжки через скамейку. Прыжки на скакалке. Отжимания от пола. Бег с ускорениями из разных исходных положений. Бег с максимальной скоростью и собиранием малых предметов, лежащих на полу. Стартовые ускорения по сигналу. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения шеи и туловища. Упражнения для развития гибкости. Упражнения для развития ловкости.

Специальная Физическая подготовка (СФП)

Передвижения в защитной стойке вперед-назад.Передвижения в защитной стойке влево-вправо.Челночный бег с мячом.Челночный бег без мяча.Челночный бег в защитной стойке. Челночный бег прыжками.Повторный бег с препятствиями в максимальном темпе.Бег с максимальной скоростью в режиме повторно-интервального метода.Бег по разметкам с максимальным темпом.Повторный бег с максимальной скоростью и максимальной частотой шагов (10-15 м).

Техническая подготовка

Стойка баскетболиста «Тройная угроза».Стойка в сочетании с передвижениями.Техника передвижения приставными шагами.Повороты, стоя на месте (вперед, назад).Повороты в сочетании с передвижениями и остановками.Стойка защитника с выставленной ногой вперед.Стойка защитника со ступнями ног на одной линии.Передачи мяча одной рукой в движении.Передачи мяча одной рукой сверху.Передачи мяча одной рукой от головы.Передачи мяча одной рукой от плеча (с отскоком).Ловля мяча двумя руками на месте. Ловля мяча одной рукой на месте. Ведение мяча по дугам.Ведение мяча по кругам.Ведение мяча зигзагом.Броски в кольцо одной рукой (средние).Броски в кольцо одной рукой (ближние).Броски в кольцо одной рукой прямо перед щитом.Броски в кольцо одной рукой под углом к щиту.Броски в кольцо одной рукой параллельно щиту.Обводка соперника с изменением высоты отскока.Обводка соперника с изменением направления.Обводка соперника с изменением скорости.Обводка соперника с поворотом и переводом мяча.Обводка соперника с переводом под ногой.Обводка соперника с переводом за спиной.Обводка соперника с использованием нескольких приемов подряд (сочетание).

Тактическая подготовка

Противодействие получению мяча.Противодействие выходу на свободное место.Противодействие розыгрышу мяча.Противодействие атаке кольца.Выход для получения мяча.Обманные движения.Атака кольца.Упр. "передай мяч и выходи".Наведение.Пересечение.Треугольник.Игра в большинстве: 2x1; 3x2; 4x3; 5x4.Игра в равных составах: 1x1; 2x2; 3x3;4x4; 5x5.Игра в меньшинстве: 1x2; 2x3; 3x4; 4x5.Система личной защиты.

Интегральная подготовка

Игра "Всадники". Игра "Мяч капитану". Игра "Ловец и перехватчик".Игра "Салки в тройках".Игра "Круговая охота".Игра "Ловля парами".Игра "Борьба за мяч".Игра "Защита стойки".Игра «Мяч на полу».Игра «Не давай мяч водящему».Игра «Ловец с мячом - Хищник».Игра «10 передач».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО УЧЕБНОМУ КУРСУ «БАСКЕТБОЛ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по учебному курсу «Баскетбол» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения учебного курса «Баскетбол» на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях;
- формирование умения наблюдать за своим самочувствием, его контролем;
- развитие нравственные и волевые качества, развития психических процессов и свойств личности;
- развитие навыков анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- формирование умений, направленных на ведение здорового образа жизни;
- содействование правильному физическому развитию;
- развитие мотивов спортивной тренировки и личностного смысла занятий в спортивной секции.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения учебного курса «Баскетбол» на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения **в 2 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- делать выводы в результате совместной работы всего коллектива;
- знать особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- знать значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- уметь донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- делать небольшие сообщения по истории возникновения баскетбола и соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно проговаривать последовательность действий;
- учиться высказывать свое предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану;
- совместно с учителем и другими учащимися давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятии.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- применять приемы и методы контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;

- развивать потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- объяснять правильное выполнение упражнений;
- развивать жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- сформировать способности конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- развить умения распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль;
- участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий в игре.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- уметь работать по предложенному учителем плану, и учиться самостоятельно планировать свою деятельность;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- находить выход из стрессовых ситуаций, а также уметь отвечать за свои поступки.

К концу обучения в 4 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- знать характеристику современных форм построения занятий по баскетболу;
- использовать ОРУ в решении задач физического развития здоровья;
- знать возрастные особенности ведущих психических процессов (внимания, памяти, мышления);
- знать возрастные особенности развития основных физических качеств.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- воспитывать понимание дружного сплоченного коллектива и культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников;
- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- применять коммуникативные и презентационные навыки, а также отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора;
- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по учебному курсу «Баскетбол»:

- демонстрировать знания о истории зарождения игры «баскетбол».
- демонстрировать знания об основных элементах спортивной игры «баскетбол».
- демонстрировать знания о гигиенических требованиях к местам занятий баскетболом, инвентарю, спортивной одежде и обуви.
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом.
- уметь применять полученные знания в ходе занятий.

- демонстрировать самостоятельные решения игровых ситуаций.
- формировать чувства товарищества и партнерства.
- выполнять технические действия: вышагивание, скрестный шаг, поворот.
- выполнять технические действия: броски одной рукой в движении сверху и снизу.
- выполнять технические действия: передача одной рукой от плеча и двумя руками от груди.

3 КЛАСС

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать знания об истории зарождения игры «баскетбол».
- демонстрировать знания об основных элементах спортивной игры «баскетбол».
- демонстрировать знания о гигиенических требованиях к местам занятий баскетболом, инвентарю, спортивной одежде и обуви.
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом.
- уметь применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий.
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приrostы в их показателях.
- выполнять технические действия: ведение баскетбольного мяча на месте и движении.
- выполнять технические действия: передачи мяча на месте и в движении.
- выполнять технические действия: подбор и добивание мяча.
- выполнять технические действия: перевод мяча перед собой и за спиной.
- выполнять самостоятельные решения игровых ситуаций.

4 КЛАСС

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать знания об основных элементах спортивной игры «баскетбол».

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях баскетболом.
- уметь применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий.
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приrostы в их показателях.
- овладеть основными приемами техники и тактики игры баскетбол.
- выполнять технические действия: повороты при ведении мяча, ведение мяча с поворотом.
- выполнять технические действия: индивидуальные защитные действия.
- выполнять тактических действия: взаимодействие двух и трех нападающих.
- выполнять тактические действия: групповые взаимодействия защитников – действие в численном меньшинстве.
- выполнять самостоятельные решения игровых ситуаций.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Целевые ориентиры результатов воспитания на уровне начального общего образования.

Целевые ориентиры

Гражданско-патриотическое воспитание

Знающий и любящий свою малую родину, свой край, имеющий представление о Родине — России, её территории, расположении.

Сознающий принадлежность к своему народу и к общности граждан России, проявляющий уважение к своему и другим народам.

Понимающий свою сопричастность к прошлому, настоящему и будущему родного края, своей Родины — России, Российского государства.

Понимающий значение гражданских символов (государственная символика России, своего региона), праздников, мест почитания героев и защитников Отечества, проявляющий к ним уважение.

Имеющий первоначальные представления о правах и ответственности человека в обществе, гражданских правах и обязанностях.

Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в доступной по возрасту социально значимой деятельности.

Духовно-нравственное воспитание

Уважающий духовно-нравственную культуру своей семьи, своего народа, семейные ценности с учётом национальной, религиозной принадлежности.

Сознающий ценность каждой человеческой жизни, признающий индивидуальность и достоинство каждого человека.

Доброжелательный, проявляющий сопереживание, готовность оказывать помощь, выражающий неприятие поведения, причиняющего физический и моральный вред другим людям, уважающий старших.

Умеющий оценивать поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, осознающий ответственность за свои поступки.

Владеющий представлениями о многообразии языкового и культурного пространства России, имеющий первоначальные навыки общения с людьми разных народов, вероисповеданий.

Сознающий нравственную и эстетическую ценность литературы, родного языка, русского языка, проявляющий интерес к чтению.

Эстетическое воспитание

Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, искусстве, творчестве людей.

Проявляющий интерес и уважение к отечественной и мировой художественной культуре.

Проявляющий стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности, искусстве.

Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия

Бережно относящийся к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде.

Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе.

Ориентированный на физическое развитие с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом.

Сознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста.

Трудовое воспитание

Сознающий ценность труда в жизни человека, семьи, общества.

Проявляющий уважение к труду, людям труда, бережное отношение к результатам труда, ответственное потребление.

Проявляющий интерес к разным профессиям.

Участвующий в различных видах доступного по возрасту труда, трудовой деятельности.

Экологическое воспитание

Понимающий ценность природы, зависимость жизни людей от природы, влияние людей на природу, окружающую среду.

Проявляющий любовь и бережное отношение к природе, неприятие действий, приносящих вред природе, особенно живым существам.

Выражающий готовность в своей деятельности придерживаться экологических норм.

Ценности научного познания

Выражающий познавательные интересы, активность, любознательность и самостоятельность в познании, интерес и уважение к научным знаниям, науке.

Обладающий первоначальными представлениями о природных и социальных объектах, многообразии объектов и явлений природы, связи живой и неживой природы, о науке, научном знании.

Имеющий первоначальные навыки наблюдений, систематизации и осмыслиения опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях знания.

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		часов	
		Всего	
Раздел 1.ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (ОФП)			
1.1	Общаяфизическая подготовка	7	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		7	
Раздел 2.СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (СФП)			
2.1	Специальная физическая подготовка	4	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		4	
Раздел 3.ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА			
3.1	Техника защиты и нападения	5	https://resh.edu.ru/
3.2	Передачи мяча	4	https://resh.edu.ru/
3.3	Ведение мяча	4	https://resh.edu.ru/
3.4	Броски	3	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		16	
Раздел 4.ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА			
4.1	Защита	2	https://resh.edu.ru/

4.2	Нападение	2	https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	4	
Раздел 5.ИНТЕГРАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА			
5.1	Интегральная подготовка	3	https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	3	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		часов	
		Всего	
Раздел 1.ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (ОФП)			
1.1	Общаяфизическая подготовка	7	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		7	
Раздел 2.СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (СФП)			
2.1	Специальная физическая подготовка	4	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		4	
Раздел 3.ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА			
3.1	Техника защиты и нападения	5	https://resh.edu.ru/
3.2	Передачи мяча	3	https://resh.edu.ru/
3.3	Ведение мяча	5	https://resh.edu.ru/
3.4	Броски	3	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		16	
Раздел 4.ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА			
4.1	Защита	2	https://resh.edu.ru/

4.2	Нападение	2	https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	4	
Раздел 5.ИНТЕГРАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА			
5.1	Интегральная подготовка	3	https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	3	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1.ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (ОФП)			
1.1	Общаяфизическая подготовка	6	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		6	
Раздел 2.СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (СФП)			
2.1	Специальная физическая подготовка	5	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		5	
Раздел 3.ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА			
3.1	Техника защиты и нападения	4	https://resh.edu.ru/
3.2	Передачи мяча	3	https://resh.edu.ru/
3.3	Ведение мяча	4	https://resh.edu.ru/
3.4	Броски	3	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		14	
Раздел 4.ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА			
4.1	Защита	2	https://resh.edu.ru/

4.2	Нападение	3	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		5	
Раздел 5.ИНТЕГРАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА			
5.1	Интегральная подготовка	4	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		4	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

Лист согласования к документу № 149 от 28.08.2023
Инициатор согласования: Шарафуллина Л.Ф. Директор
Согласование инициировано: 28.08.2023 15:32

Лист согласования		Тип согласования: последовательное		
Nº	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Шарафуллина Л.Ф.		 Подписано 28.08.2023 - 15:32	-