


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Сиренькинская средняя общеобразовательная школа»

<p>«Рассмотрено»</p> <p>Руководитель ШМО ЕМЦ</p> <p>МБОУ «Сиренькинская СОШ»</p> <p>Осипова Е.Н.</p>	<p>«Согласовано»</p> <p>Заместитель директора по УР</p> <p>МБОУ «Сиренькинская СОШ»</p> <p>_____ Максимова М.Н.</p>	<p>«Утверждаю»</p> <p>Директор</p> <div><p>МБОУ «Сиренькинская СОШ»</p><p>ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН</p><p>ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ</p><p>Файзетдинов Т.М.</p><p>СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП</p><p>№ 138 от «28» августа 2023 г.</p><p>Владелец: Файзетдинов Талгат Мингатинович</p><p>Действителен с 12.10.2023 до 12.01.2025</p></div>
<p>Протокол № _от</p> <p>«25 » августа 2023 г.</p>	<p>« 26 августа 2023 г</p>	<p>Приказ № 138 от «28» августа 2023 г.</p>

Рабочая программа

Внеурочной деятельности по физической культуре

для 5 класса (1 час в неделю)

Тема «Увлекательный волейбол»

Составитель: Хайруллина Люция Агзаметдиновна учитель физической культуры

Принято на заседании

педагогического совета

протокол № 1 от 28 августа 2023

Планируемые результаты изучения предмета физическая культура (по ФГОС)

Название раздела	Предметные результаты		Метапредметные результаты	Личностные результаты
	ученик научится	ученик получит возможность научиться		
Знания о физическо й культуре	<ul style="list-style-type: none"> - рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе; - понимать роль и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья; овладеть системой знаний о физическом совершенствовании 	<ul style="list-style-type: none"> характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр; характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту; 	<p>Регулятивные УУД:</p> <p>1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.</p> <p>Познавательные УУД</p> <p>1. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи,</p>	<p>1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России);</p>

<p>человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели; раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими</p>		<p>строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. 2. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. 3. Смысловое чтение. 4. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. 5. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем Коммуникативные УУД 1. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ)</p>	<p>интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира. 2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов. 3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их</p>
---	--	---	---

	<p>сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств; характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек; руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий; руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой,</p>			<p>основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.</p> <p>4.Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.</p> <p>5.Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания</p>
--	---	--	--	---

	<p>спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;</p>			<p>(идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров).</p> <p>6.Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.</p> <p>7.Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира;</p> <p>8.Сформированность основ экологической культуры,</p>
--	---	--	--	--

				соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).
Способы двигательной (физкультурной) деятельности	разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели; руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий; руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во	определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма; вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального	Регулятивные УУД: 1. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. 2. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.	1. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов. 2. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и

	<p>время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций; составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма; выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.</p>	<p>физического развития и физической подготовленности; проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность; выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;</p>	<p>3. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. 4. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Познавательные УУД 1. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. 2. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем Коммуникативные УУД 1. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать,</p>	<p>отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала). 3. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.</p>
--	--	--	--	---

			<p>аргументировать и отстаивать свое мнение.</p> <p>2. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности;</p> <p>владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.</p> <p>3. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ)</p>	
Физическое совершенствование	<p>классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;</p> <p>тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с</p>	<p>преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;</p> <p>осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;</p> <p>выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса</p>	<p>Регулятивные УУД:</p> <p>1. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.</p> <p>2. Умение оценивать</p>	<p>1. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях</p>

	<p>возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой; выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности; выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений); выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений; выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;</p>	<p>«Готов к труду и обороне»; выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта; проплывать учебную дистанцию вольным стилем.</p>	<p>правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. 3. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Познавательные УУД 1. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. 2. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.</p>	<p>народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потреблении; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). 2. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира. 3. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов,</p>
--	---	--	--	---

	<p>выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);</p> <p>выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;</p> <p>выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;</p> <p>выполнять передвижения на лыжах различными способами,</p> <p>демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;</p>		<p>Коммуникативные УУД</p> <p>1. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.</p> <p>2. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.</p> <p>3. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ)</p>	<p>процедур, готовность и способность к ведению переговоров).</p> <p>4. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности;</p> <p>5. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.</p> <p>6. Сформированность основ</p>
--	--	--	--	--

				экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).
--	--	--	--	---

Содержание учебного предмета

5 класс

Название раздела	Краткое содержание	Количество часов
Легкая атлетика	Теория: История возникновения и развития легкой атлетики. Правила безопасности при занятиях легкой атлетикой. Практика Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Подвижные и спортивные игры.	6
Гимнастика.	Теория: Правила соревнований по гимнастике. Практика: Строевые упражнения. Построения и перестроения. Общеразвивающие упражнения с предметами и без (мячами, скакалками, гимнастическими	4

	палками), на гимнастических снарядах (стенках, скамейках).Акробатические упражнения	
Волейбол	Теория Правила соревнований по волейболу. Практика технику игры в волейбол находчивость в решении игровых задач. Проявлять качество быстроты и координации при игре в волейбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности. Играть в волейбол по упрощенным правилам.	7
Баскетбол	Теория :Влияние занятий баскетболом на организм занимающегося. Развитие баскетбола в нашей стране. Правила игры. Практика : Передвижения. Остановка шагом и прыжком. Ловля и передачи мяча. Учебная игра. Тактика игры в нападении: Быстрый прорыв, позиционное нападение. Тактика игры в защите: личная и зонная система защиты	6
Легкая атлетика	Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Подвижные и спортивные игры.	2
Футбол	Правила игры. Передвижения и прыжки. Удары по мячу. Остановка катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары по мячу головой. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Ведение мяча. Отбор мяча. Перехват. Выбивание мяча. Учебная игра.	7
Физическая культура и спорт в РФ.	Теория : Возникновение и история физической культуры. Личная гигиена. Двигательный режим школьников - подростков. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль	2
Итого		34

Календарно-тематическое планирование по кружковой деятельности ФК ГОС

5 класс

№ п/п	Название разделов	Тема занятий	Кол ичес тво часо в	Основные формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Дата проведения	
						план	факт
1	Физическая культура и спорт в РФ.	Инструктаж по технике безопасности во время проведения занятий по физической культуре. Правила поведения в физкультурном зале. Игра на внимание «Запрещенное движение»	1	фронтальная, групповая	Изучение правил поведения и т/б в спортзале; организация подвижных игр		
2	Легкая атлетика	Комплекс УГ. Игра с элементами ОРУ.Игры на внимание	1	фронтальная, групповая, игровая	Составление комплекса УГ; организация подвижных игр		
3	Легкая атлетика	Беседа о правильном режиме дня. Игра «Волк во рву». Челночный бег 3*10м.	1	фронтальная, групповая, игровая	Проведение беседы организация подвижных игр		
4	Легкая атлетика	Комплекс ОРУ со скакалкой. Игра «Зайцы в огороде» .Бег с высокого старта	1	фронтальная, групповая, игровая	Организация подвижных игр; составление комплекса ОРУ со скакалкой		
5	Легкая атлетика	Равномерный бег . Развитие выносливости. Игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Соревнования по подвижным играм	1	фронтальная, групповая, игровая	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.		

6	Легкая атлетика	Прыжки. Подвижные игры. Эстафета с прыжками с ноги на ногу. Самостоятельные игры. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	фронтальная, групповая, игровая	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с прыжками с ноги на ногу, самостоятельно играть в разученные игры.		
7	Легкая атлетика	Кросс – 1000 м. Инструкторская и судейская практика по легкой атлетике	1	фронтальная, групповая, игровая	Самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.		
8	Гимнастика и акробатика	Строевые упражнения. Построения и перестроения. Общеразвивающие упражнения с предметами и без.на гимнастических снарядах (стенках, скамейках).	1	фронтальная, групповая, игровая	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники упражнений		
9	Гимнастика и акробатика	Акробатические упражнения. Группировка. Перекаты..	1	фронтальная, групповая, игровая	Выполнять основные технические действия в условиях учебной деятельности		
10	Гимнастика и акробатика	Кувырок вперед. Стойка на лопатках	1	фронтальная, групповая, игровая	Использовать игровые действия для развития физических качеств.		
11	Гимнастика и акробатика	Лазанье, висы, упоры, равновесие	1	фронтальная, групповая, игровая	Использовать игровые действия для развития физических качеств.		
12	Волейбол	Стойки и передвижения игрока. ТБ на занятиях по спорт играм.	1	фронтальная, групповая, игровая	Проявлять находчивость в решении игровых задач.		
13	Волейбол	Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола	1	фронтальная, групповая, игровая	Проявлять качество быстроты и координации при игре в волейбол		
14	Волейбол	Нижняя прямая подача мяча. Эстафеты. Техника передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку	1	фронтальная, групповая, игровая	Осваивать технику игры в волейбол...		


15	Волейбол	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нижняя прямая подача мяча. Эстафеты	1	фронтальная, групповая, игровая	Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности. Знать виды спорта, лежащие в основе Олимпийских игр.		
16	Волейбол	Передача мяча, прием мяча снизу. Нижняя прямая подача	1	фронтальная, групповая, игровая	Осваивать технику игры в волейбол. Играть в волейбол по упрощенным правилам.		
17	Волейбол	Спец. беговые, на месте. Стойка игрока. Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача.	1	фронтальная, групповая, игровая	Играть в волейбол по упрощенным правилам. Знать правила волейбола.		
18	Волейбол	Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача.	1	фронтальная, групповая, игровая	Осваивать технику игры в волейбол.. Выполнять игровые действия в условиях		
19	Баскетбол	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами	1	фронтальная, групповая, игровая	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов.		
20	Баскетбол	Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо. Развитие координационных качеств. Игра в мини-баскетбол	1	фронтальная, групповая, игровая	Выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной деятельности		

21	Баскетбол	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди	1	фронтальная, групповая, игровая	Использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.		
22	Баскетбол	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища.	1	фронтальная, групповая, игровая	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач..		
23	Баскетбол	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2	1	фронтальная, групповая, игровая	Проявлять качество быстроты и координации при игре в баскетбол. Выполнять игровые действия в условиях учебной деятельности.		
24	Баскетбол	Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини баскетбол.	1	фронтальная, групповая, игровая	Осваивать технику игры в баскетбол. Проявлять находчивость в решении игровых задач..		
25	Футбол	Правила игры. Удары по мячу ногой. Удар носком, внутренней стороной стопы. Удары после остановки, ведения. Остановка катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Удары по мячу головой.	1	фронтальная, групповая, игровая	Описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий. Соблюдать правила безопасности.		
26	Футбол	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Ведение мяча. Отбор мяча. Перехват. Выбивание мяча. Учебная игра. Удары на точность. Удары с места по катящемуся мячу	1	фронтальная, групповая, игровая	Осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.		

27	Футбол	Остановка опускающегося мяча внутренней, внешней стороной, серединой подъёма, бедром. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма по прямой. Финты. Отбор мяча. Учебная игра.	1	фронтальная, групповая, игровая	Описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий..		
28	Футбол	Выход вратаря из ворот и отбор мяча. Закрывание игрока. Игра в футбол	1	фронтальная, групповая, игровая	Осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.		
29	Футбол	Закрывание игрока. Передача мяча в движении с выходом на свободное место. Игра в футбол	1	фронтальная, групповая, игровая	Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.		
30	Футбол	Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар, прием мяча, остановка, удар по воротам. Игра в футбол.	1	фронтальная, групповая, игровая	Выполнять правила игры, уважительно относится к сопернику и управлять своими эмоциями.		
31	Футбол	Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар, прием мяча, остановка, удар по воротам. Игра в футбол.	1	фронтальная, групповая, игровая	Применять правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе. Использовать игру в футбол как средство активного отдыха.		

32	Легкая атлетика	Строевые упражнения. Повороты на месте. Ускорения 300-500 метров. Развитие скоростных качеств. Эстафета.	1		Самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.		
33	Легкая атлетика	Подвижные игры. Спец. беговые упр. Бег 10мин. Поднимание туловища. Челночный бег. Подтягивание	1		Самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.		
34	Физическая культура и спорт в РФ.	Возникновение и история физической культуры. Личная гигиена. Двигательный режим школьников – подростков. Гигиена, предупреждение травм, врачебный контроль, самоконтроль	1		Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий и приемов.		

Лист согласования к документу № 59 от 13.12.2023
Инициатор согласования: Файзетдинов Т.М. Директор школы
Согласование инициировано: 13.12.2023 08:55

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Файзетдинов Т.М.		 Подписано 13.12.2023 - 08:55	-