

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Самарской области**  
**Юго-западное управление министерства образования Самарской области**  
**ГБОУ СОШ пос.Чапаевский**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО

Рузов А.В.

Протокол №1 от 29.08.2025г.

**ПРОВЕРЕНО**

Ответственный за УР

Чиненова О.С.

29.08.2025г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор ГБОУ СОШ  
пос.Чапаевский

\_\_\_\_\_ Майорова О.П.

Приказ №130  
от 29.08.2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по Курсу внеурочной деятельности «Мир спортивных игр»**  
**учебного предмета «Физическая культура»**

**для обучающихся 5 ,6 класс**

**П.Чапаевский 2025г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» разработана в соответствии с требованиями ФГОС ООО и концепцией физического воспитания.

Программа, Курс) составлена на основе:

- Указа Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
- Указа Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федерального закона от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Федерального закона от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся, во исполнение поручений Президента РФ Пр-328 п. 1 от 23 февраля 2018 г., Пр-2182 от 20 декабря 2020 г.».
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (далее – ФГОС ООО), утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287.
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа курса рассчитана на учащихся 11-15 лет. Она предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие во внутришкольных соревнованиях.

При создании программы внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности. Актуальность программы заключается в том, что занятия по ней позволяют обучающимся детям восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время.

Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большое количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе, футболе, баскетболе.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Материал программы предполагает изучение основ четырех спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола, лёгкая атлетика.

Основной целью программы внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения

собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса. Программа внеурочной деятельности разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы. В программе внеурочной деятельности данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом. Учебное время по видам подготовки распределено таким образом, чтобы текущие темы совпадали с годовым планированием уроков физкультуры. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий. Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Мир спортивных игр» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит.

**Цель программы внеурочной деятельности «Мир спортивных игр»:** укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

- 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.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование). В целях усиления мотивационной составляющей программу внеурочной деятельности, придания ей личностно значимого смысла, содержание программы представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование». Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: лёгкая атлетика, зимние виды спорта, спортивные игры. Инвариантные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе модульных программ по внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» для общеобразовательных организаций.

Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, современных оздоровительных систем. В рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

Содержание программы по внеурочной деятельности «Мир спортивных игр.» представлено по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Программа внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» 5,6 класс предусматривает проведение занятий в форме теоретических и практических часов, в том числе и в форме соревнований из расчёта 68 часа в год (2 часа в неделю), теоретический минимум изучается в процессе занятий в необходимом объёме.

Общее число часов, рекомендованных для изучения курса внеурочной деятельности «Мир спортивных игр» третий час физической культуры на уровне основного общего образования, – в 5 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 6 классе – 68 часа (2 час в неделю).

**Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.** Подвижные игры в школе являются незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности школьников, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **5 КЛАСС**

#### ***Знания о физической культуре.***

Подвижные игры. Физическая культура и здоровый образ жизни человека. Упражнения утренней зарядки. Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности. Физическая культура на уровне основного общего образования: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре, организация спортивной работы в общеобразовательной организации.

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

***Способы самостоятельной деятельности.*** Наблюдение за физическим развитием. Составление дневника по физической культуре.

Режим дня и его значение для обучающихся, связь с умственной работоспособностью. Составление индивидуального режима дня, определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных диапазонов и последовательности в выполнении. Наблюдение за физическим развитием. Упражнения на формирование телосложения

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях, подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви, предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физической культуры и спортом.

Составление дневника физической культуры.

#### ***Физическое совершенствование.***

***Физкультурно-оздоровительная деятельность.***

Роль и значение физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека. Упражнения утренней зарядки и физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики в процессе учебных занятий, закаливающие процедуры после занятий утренней зарядкой. Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов, развитие координации, формирование телосложения с использованием внешних отягощений.

#### *Спортивно-оздоровительная деятельность.*

Роль и значение спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении, ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой», бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча, приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении, ранее разученные технические действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега, остановка катящегося мяча способом «наступания», ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой», обводка мячом ориентиров (конусов).

Бадминтон. Обучающиеся овладеют необходимыми двигательными умениями и навыками, улучшат свою физическую форму, научатся взаимодействию в команде, получат опыт самостоятельного контроля над состоянием своего здоровья и организацией своей двигательной активности.

Настольный теннис. Учащиеся значительно повысят общий уровень физической подготовки, усовершенствуют технику игры в настольный теннис, обретут уверенность в своих силах и готовность регулярно поддерживать хорошую физическую форму, соблюдая принципы здорового образа жизни.

## **6 КЛАСС**

### ***Знания о физической культуре.***

Раздел «Знание о физической культуре» направлен на расширение кругозора учащихся в сфере физической культуры и спорта, создание устойчивых представлений о роли физической активности в жизни современного человека, привитие осознания ценности собственного здоровья и популяризацию активных форм досуга.

### ***Способы самостоятельной деятельности.***

Ведение дневника физической культуры. Физическая подготовка и её влияние на развитие систем организма, связь с укреплением здоровья, физическая подготовленность как результат физической подготовки.

Правила и способы самостоятельного развития физических качеств. Способы определения индивидуальной физической нагрузки. Правила проведения измерительных процедур по оценке физической подготовленности. Правила техники выполнения тестовых заданий и способы регистрации их результатов.

Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой.

### ***Физическое совершенствование.***

#### ***Физкультурно-оздоровительная деятельность.***

Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями.

Оздоровительные комплексы: упражнения для коррекции телосложения с использованием дополнительных отягощений, упражнения для профилактики нарушения зрения во время учебных занятий и работы за компьютером, упражнения для физкультпауз, направленных на поддержание оптимальной работоспособности мышц

опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности.

#### *Спортивно-оздоровительная деятельность.*

Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста, прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу, остановка двумя шагами и прыжком.

Упражнения с мячом: ранее разученные упражнения в ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в корзину.

Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.

Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча, его приёме и передаче двумя руками снизу и сверху.

Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в остановке и передаче мяча, его ведении и обводке.

Бадминтон. Обучающийся овладевают базовой техникой игры в бадминтон, улучшают показатели своей физической подготовки, приобретают полезные привычки вести активный образ жизни и ответственно относиться к вопросам своего здоровья. Занятия способствуют выработке дисциплины, настойчивости и стремления к достижению высоких результатов.

Настольный теннис. Обучающийся достигнут заметного прогресса в уровне физической подготовки, уверенно владеют техническими приемами настольного тенниса, умеют объективно оценить качество своей игры и эффективно планируют занятия для дальнейшей самоподготовки. Настольный теннис станет важным элементом их повседневной жизни, позволяющим активно отдыхать и поддерживать себя в хорошей физической форме.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие **личностные результаты**:

готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства

профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные познавательные учебные действия**:

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья, руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на

открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные коммуникативные учебные действия**:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения;

и планировать последовательность решения задач обучения, оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные регулятивные учебные действия**:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

К концу обучения **в 5 классе** обучающийся научится:

демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);

футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега).



Бадминтон (продуктивнее воспринимать информацию от инструктора и сверстников относительно качества своей игры, постепенно повышать сложность выполняемых игровых комбинаций и улучшая эффективность приёмов, эффективно восстанавливать энергию и сохранять высокий уровень концентрации внимания на протяжении всего матча).

Настольный теннис (выполнять основные типы ударов: прямой, боковой, держать правильное положение руки и тела при подаче и приеме мяча, двигаться по столу и своевременно занять выгодную позицию для удара).

К концу обучения **в 6 классе** обучающийся научится:

выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (технические действия без мяча, броски мяча двумя руками снизу и от груди с места, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (ведение мяча с разной скоростью передвижения, с ускорением в разных направлениях, удар по катящемуся мячу с разбега, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

Бадминтон (легко передвигаться по полю, сохраняя правильный ритм дыхания и расход энергии, свободно владеть ракеткой, наносить правильно удары различными сторонами поверхности., выполнять подачу с точностью попадания в заднюю зону поля).

Настольный теннис (выполнять основные виды ударов: нападающий прямой и боковой удар, защитный верхний и нижний оборот мяча, осуществлять стабильную подачу, правильно ориентироваться на площадке).

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**5 КЛАСС**

№ п/ п	Наименован ие разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Все го	Контроль ные работы	Практичес кие работы	
Раздел 1.					
1.1	Футбол	12			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		12			
Раздел 2.					
2.1	Баскетбол	18			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		18			
Раздел 3.					
3.1	Волейбол	16			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итоги по разделу		16			
Раздел 4.					
4.1	бадминтон	10			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итоги по разделу		10			
Раздел 5.					
5.1	Настольный теннис	12			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		12			

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68			
--	----	--	--	--

## 6 КЛАСС

№ п/ п	Наименован ие разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Все го	Контроль ные работы	Практичес кие работы	
Раздел 1.					
1.1	Футбол	12			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		12			
Раздел 2.					
2.1	Баскетбол	18			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		18			
Раздел 3.					
3.1	Волейбол	16			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итоги по разделу		16			
Раздел 4.					
4.1	бадминтон	10			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итоги по разделу		10			
Раздел 5.					
5.1	Настольный	12			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	теннис				
Итого по разделу		12			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количес во часов	Дата изуче ния
		Всего	
1	Основы знания (футбол)	1	
2	Стойки и перемещение	2	
3	Удары по мячу	3	
4	Передача мяча	3	
5	Подвижные игры и эстафеты	3	
6	Основы знаний (баскетбол)	1	
7	Передвижение и остановки без мяча	3	
8	Ловля мяча	2	
9	Передача мяча	2	
10	Ведение мяча	3	
11	Броски в кольцо	2	
12	Подвижные игры и эстафеты	2	
13	Физическая подготовка	2	
14	Тактика игры	1	
15	Основы знаний(волейбол)	1	

16	Перемещение игрока	3	
17	Передачи мяча	4	
18	Подача мяча	3	
19	Прием мяча	3	
20	Подвижные игры	2	
21	Основы знаний (бадминтон)	1	
22	Упражнение с ракеткой	1	
23	Стойки и перемещения	1	
24	Техническая подготовка	1	
25	Игры и эстафеты	3	
26	Основы знаний (настольный теннис)	1	
27	Техника хвата теннисной ракетки	2	
28	Жонглирование теннисным мячом	3	
29	Стойки и перемещение	3	
30	Игры и эстафеты	3	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

## 6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количес во часов	Дата изуче ния
		Всего	
1	Основы знания (футбол)	1	
2	Стойки и перемещение	2	
3	Удары по мячу	3	
4	Передача мяча	3	
5	Подвижные игры и эстафеты	3	
6	Основы знаний (баскетбол)	1	
7	Передвижение и остановки без мяча	3	
8	Ловля мяча	2	

9	Передача мяча	2	
10	Ведение мяча	3	
11	Броски в кольцо	2	
12	Подвижные игры и эстафеты	2	
13	Физическая подготовка	2	
14	Тактика игры	1	
15	Основы знаний(волейбол)	1	
16	Перемещение игрока	3	
17	Передачи мяча	4	
18	Подача мяча	3	
19	Прием мяча	3	
20	Подвижные игры	2	
21	Основы знаний (бадминтон)	1	
22	Упражнение с ракеткой	1	
23	Стойки и перемещения	1	
24	Техническая подготовка	1	
25	Игры и эстафеты	3	
26	Основы знаний (настольный теннис)	1	
27	Техника хвата теннисной ракетки	2	
28	Жонглирование теннисным мячом	3	
29	Стойки и перемещение	3	
30	Игры и эстафеты	3	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
ПРОЦЕССА**

**ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

- Физическая культура, 5-6 классы/ Погадаев Г.И., Общество с ограниченной ответственностью «ДРОФА»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 5-7 классы/ Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»