

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 33
ИМЕНИ КАВАЛЕРА ОРДЕНА «ЗА ЛИЧНОЕ МУЖЕСТВО» С.А. ВОТРИНА ГОРОДСКОГО ОКРУГА СЫЗРАНЬ
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

«Рассмотрено»
на заседании
Методического
объединения
учителей
начальных классов
Протокол № 1
от 31 августа 2026 г.

«Проверено»
Заместитель
директора по УВР
ГБОУ СОШ № 33
г. Сызрани

А.Ю. Агошкова

«Утверждаю»
к использованию
Директор
ГБОУ СОШ №33
г. Сызрани
Приказ № 398
от 31 августа 2026 г.

В.Ю. Мавринский

**Рабочая программа
по курсу внеурочной деятельности
«Баскетбол для начинающих»
(наименование учебного предмета, уровень обучения)**



C=RU, O=ГБОУ СОШ №33 г. Сызрани CN=Мавринский Владимир Юрьевич,
E=so_zu_school33_szr@63edu.ru 008159aeea22882007
2026.08.31 11:30:15+04'00'

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Рабочая программа по внеурочной деятельности направление: спортивно-оздоровительное «Баскетбол для начинающих» составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федерального закона РФ от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации. Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. N 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования"(Зарегистрирован 05.07.2021 № 64100.);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования». (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64101.);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 569 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования». (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69676.);
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р.
- В соответствии с учебным планом ГБОУ СОШ № 33 на 2025-2026 учебный год;

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573);
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Письма Министерства Просвещения РФ «Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности» от 05.07.2022г. № ТВ-1290/03;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК295/06;

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы начального общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

1.2. Актуальность реализации данной программы обусловлена потребностью подростков в самоопределении.

В современных условиях развития российской системы образования наиболее актуальным является направление по сохранению и укреплению здоровья школьников. Недостаток движения становится причиной нарушения здоровья ребенка с одной стороны и резким уменьшением его двигательной активности как регулятора состояний и функций организма с другой. В данных условиях тем более возрастает значение физкультурных занятий в школе как важнейшей части всей программы оздоровления населения, укрепления здоровья, создания в детстве и юности надежной основы будущей долголетней и здоровой жизни. 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 ребенка. Разнообразное воздействие во время игры стимулирует созревание нервных клеток и взаимосвязей между ними, способствует проявлению наследственных (генетических) возможностей нервной системы. В баскетболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать приходится в зависимости от ситуации, а не по определенным программам. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность – мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий. Данная программа включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранения и укрепление физического и психического здоровья. Содержание деятельности направлено на формирование у школьников активисткой культуры здоровья, связанной с занятиями спортом и предполагающей: Интерес к спорту и оздоровлению, потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремлению показывать, как можно более высокие спортивные результаты. Знания в области оздоровления, спортивной подготовки и организации спортивных соревнований. Умение использовать эти знания для эффективной

организации спортивной подготовки, успешного выступления в соревнованиях. Здоровый образ жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях. Рабочая программа по внеурочной деятельности баскетбол разработана с помощью комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений В.И. Ляха (2010г.), допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

1.3. Режим и число занятий

В соответствии с учебным планом рабочая программа внеурочной деятельности направление: спортивно-оздоровительное «Баскетбол для начинающих» рассчитана на 1 час в неделю (34 часа в год)

Программа внеурочной деятельности по направлению: спортивно-оздоровительное «Баскетбол для начинающих» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после всех уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПин, т. е. 40 минут.

1.4. Цель и задачи

Цель: привлечение учащихся к занятиям баскетболом, формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и желания совершенствовать знания, навыки и умения, играть в баскетбол. В процессе реализации программы предполагается решение следующих задач.

- 1. Оздоровительные задачи :** - пропаганда здорового образа жизни;
- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию;
 - обеспечение оптимального для каждого возраста и пола гармоничного развития физических качеств;

- повышение сопротивляемости организма неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- повышение общей работоспособности и привитие гигиенических навыков;
- вовлечение детей в систематические занятия физкультурой и спортом.

2. Образовательные задачи: - формирование и совершенствование жизненно важных двигательных умений и навыков; - формирование позитивных жизненных установок подрастающего поколения.

- обучение подростков способам овладения различными элементами игры в баскетбол;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки учащихся по баскетболу.

3. Воспитательные задачи: - формирование и развитие подростковых обществностей и коллективов, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности.

- гражданское и патриотическое воспитание учащихся;
- воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных и т.д.), содействие развитию психических процессов;
- воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
- помощь учащимся в осуществлении ими самостоятельного планирования, организации, проведении и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной направленности.

1.5. Формы подведения итогов

Учащиеся должны освоить следующие способности, физические упражнения и принимать участие в соревнованиях, днях здоровья.

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку, с	6,5	7,0
Силовые	Прыжок в длину с места, см	130	125
	Сгибание рук в висе лежа (кол-во раз)	5	4
К выносливости	Бег 1000 м	Без учета времени	
К координации	Челночный бег 3 x 10 м, с	11,0	11,5

2. Планируемые результаты

По окончании изучения курса «Баскетбол» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностные результаты включают готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки и отражают:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, межпредметные понятия и отражают:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты включают освоенный школьниками в процессе изучения данного предмета опыт деятельности по получению нового знания, его преобразованию, применению и отражают:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне; характеристику признаков технического исполнения;

- выполнение технических действий из базовых видов спорта; применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Ожидаемые результаты Образовательная программа секции баскетбол ориентирована на достижение результатов трех уровней: *Первый уровень результатов* – приобретение школьникам знаний, понимания социальной реальности.

Для достижения результатов первого уровня используются следующие формы деятельности: познавательные беседы, встречи с действующими спортсменами и ветеранами спорта. *Второй уровень результатов* – формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям. Для достижения результатов второго уровня используются следующие формы деятельности: практические занятия, упражнения игры.

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного действия. Для достижения результатов третьего уровня используются следующие формы деятельности: эстафеты и игры с элементами баскетбольной техники, соревнования «Мини-баскетбол» 1х1.

Результаты

1. Учащиеся должны знать: назначение разметки игровой площадки; простейшие игровые приемы (способы перемещений, ведение мяча, передачи мяча, броски); правила игры.
2. Сформировать позитивное отношение учащихся к занятиям баскетболом, к необходимости развития физических качеств, к самосовершенствованию технических приемов игры.
3. Учащиеся должны получить опыт: - взаимодействия с ровесниками; - ставить цель и добиваться результата; участия в соревнованиях.

3.Содержание курса

«Баскетбол для начинающих» 1 класс

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю, 33 часа в год

№ п/п	Содержание	Кол- во часов
1	Основы знаний	3
2	Специальная подготовка техническая	10
3	Специальная подготовка тактическая	10
4	ОФП	8
5	Соревнования	2

«Баскетбол для начинающих» 2 класс

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю, 34 часа в год

№ п/п	Содержание	Кол- во часов
1	Основы знаний	4
2	Специальная подготовка техническая	10
3	Специальная подготовка тактическая	10

4	ОФП	8
5	Соревнования	2

«Баскетбол для начинающих» 3 класс

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю, 34 часа в год

№ п/п	Содержание	Кол- во часов
1	Основы знаний	4
2	Специальная подготовка техническая	10
3	Специальная подготовка тактическая	10
4	ОФП	8
5	Соревнования	2

«Баскетбол для начинающих» 4 класс

Срок обучения: 1 год

Режим занятий: 1 час в неделю, 34 часа в год

№ п/п	Содержание	Кол- во часов

1	Основы знаний	4
2	Специальная подготовка техническая	10
3	Специальная подготовка тактическая	10
4	ОФП	8
5	Соревнования	2

- Индивидуальные тактические действия в защите. Перехват мяча, вырывание, выбивание мяча из рук противника.

Основная защита «держат» противника.

- Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении. Личная и зонная защита. Командная тактика защиты. Защита прессингом.

- Передача мяча. Описывать технику передвижения в стоке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.

- Ведение мяча. Демонстрировать технику ведения мяча различными способами. Использовать ведение мяча с изменением направления движения в условиях игровой деятельности. Описывать технику выполнения ведения. Описывать технику прыжка в верх толчком одной с приземлением на другую, использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки двумя шагами и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику остановки прыжком и использовать ее в процессе игровой деятельности. Описывать технику ловли мяча после отскока от пола и демонстрировать ее в процессе игровой деятельности.

- Броски мяча в кольцо. Описывать технику выполнения бросков мяча в корзину, анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику и результативность бросков мяча в корзину.

- Двусторонняя учебная игра. Использовать игру в баскетбол, как средство организации активного отдыха и досуга. Индивидуальные тактические действия в защите и в нападении. Выполнять правила игры баскетбол в процессе соревновательной деятельности. Описывать технику передвижения в стойке баскетболиста и использовать ее в процессе игровой деятельности. Физическая подготовка в процессе занятия. Основы теоретических знаний в процессе занятия. Обучение сложной технике игры основывается на приобретении на начальном этапе простейших двигательных действий и умение обращения с мячом. Такие приемы техники, как стойки, передвижение, повороты, остановки, прыжки, являются составной частью игровых действий баскетболиста. Отличительной особенностью элементов техники баскетбола является их логическая обусловленность требованиями игрового противоборства. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации. В этом возрасте необходимо развивать и тренировать двигательные способности детей и координацию движения, которые будут развиваться тем лучше, чем разнообразнее средства и набор упражнений. Упражнения и игры должны быть простыми и доступными для усвоения детьми. Занятия надо проводить в спокойной манере, избегая сложных форм обучения и предлагая детям задания в игровой форме. **История развития баскетбола** Возникновение, первые правила игры. История возникновения баскетбола. Разметка площадки для игры в баскетбол. Основные правила игры: состав команд и функции игроков,

игровое время, начало игры и спорный бросок, перерывы в игре и замены игроков, игра мячом и вбрасывание, нарушения в игре, жесты судей. Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. Чем полезна физкультура? Влияние физических упражнений на рост и развитие человека.

Общая и специальная физическая подготовка

Практические занятия. Бег. Пробегание отрезков 30, 60, 100 м. Стартовые рывки. Челночный бег. Бег спиной и боком вперед. Равномерный медленный бег до 15 мин. Прыжки. Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Прыжки на одной и двух ногах на месте и с продвижением. Многоскоки. Гимнастические упражнения. С предметами и без предметов. Упражнения для рук, ног, туловища на месте и в движении. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, по канату, по наклонной скамье. Смешанные висы. Упражнения в парах. Подвижные игры. Без разделения на команды. С личным и групповым противоборством. Эстафеты. Линейные, круговые, комбинированные. С предметами. С техническими элементами баскетбола. Самостраховка. Группировка при падениях. Падение перекатом вперед, назад, в стороны.

Основы техники игры Практические занятия. *Стойки и перемещения.* Основная стойка баскетболиста. Бег с изменением направления и скорости. Передвижения приставными шагами. Остановки после бега: шагом, прыжком, двумя шагами. Повороты на месте: вперед, назад. Сочетание передвижений, остановок, поворотов. *Ловля и передачи мяча.* Ловля двумя руками мяча, летящего навстречу и сбоку. Передача одной рукой от плеча, двумя руками от груди, на месте и в движении. *Ведение мяча.* Ведение мяча правой, левой рукой на месте и в движении шагом, с изменением направления. Попеременное ведение. *Броски.* Броски мяча двумя руками от груди с места, с отражением о щита.

Основы тактики игры Практические занятия. *Индивидуальные действия.* Умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча. Учебные игры в «Мини – баскетбол» 1х1 **Посещение соревнований по баскетболу.** Просмотр игр

соревнований. **Баскетбол** (англ. basket — корзина, ball — мяч) — спортивная командная игра с мячом. В баскетбол играют две команды, каждая из которых состоит из пяти игроков. Цель каждой команды — забросить руками мяч в кольцо с сеткой (корзину) соперника и помешать другой команде овладеть мячом и забросить его в свою корзину. Корзина находится на высоте 3,05 метра от пола (10 футов). От каждой команды на площадке находится по 5 человек, всего в команде 12 человек, замены не ограничены. За мяч, заброшенный с ближней и средней дистанции, засчитывается 2 очка, с дальней (из-за трёхочковой линии) — 3 очка. Штрафной бросок оценивается в одно очко. Стандартный размер баскетбольной площадки 28 метров в длину и 15 метров в ширину. Баскетбол — один из самых популярных видов спорта в мире.

Цель игры — является овладение мячом и броски в корзину соперника, в то время как другая команда пытается помешать этому. Мяч считается заброшенным, если он попадает в корзину сверху и остается в ней или проходит через сетку.

Задачи игроков — в соответствии с правилами набрать как можно больше очков. Правила игры в баскетбол: В баскетбол играют две команды, обычно по двенадцать человек, от каждой из которых на площадке одновременно присутствует пять игроков. Цель каждой команды в баскетболе - забросить мяч в корзину соперника и помешать, другой команде овладеть мячом и забросить его в корзину своей команды. Мячом играют только руками. Бежать с мячом, не ударяя им в пол, преднамеренно бить по нему ногой, блокировать любой частью ноги или бить по нему кулаком является нарушением. Случайное же соприкосновение или касание мяча стопой или ногой не является нарушением. Победителем в баскетболе становится команда, которая по окончании игрового времени набрала большее количество очков. При равном счёте по окончании основного времени матча назначается овертайм (обычно пять минут дополнительного времени), в случае, если и по его окончании счёт будет равен, назначается второй,

третий овертайм и т. д., до тех пор, пока не будет выявлен победитель матча. За одно попадание мяча в кольцо может быть засчитано разное количество очков: 1 очко — бросок со штрафной линии; 2 очка — бросок со средней или близкой дистанции (ближе трёх очковой линии) 3 очка — бросок из-за трёх очковой линии на расстоянии 6 м 75 см (7 м 24 см в Национальной баскетбольной ассоциации) Игра официально начинается спорным броском в центральном круге, когда мяч правильно отбит одним из спорящих. Матч состоит из четырёх периодов по десять минут с перерывами по две минуты. Продолжительность перерыва между второй и третьей четвертями игры - пятнадцать минут. После большого перерыва команды должны поменяться корзинами.

4. Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов	ЦОР/ЭОР
1	Правила безопасности во время занятий. Ознакомление с двигательным режимом. Ходьба и бег. Игра «Пятнашки»	1	https://rutube.ru/video/ca818a85a2e93eee4c72124e42e26973/
2	Бросок и ловля мяча снизу на месте.	1	https://rutube.ru/video/ca818a85a2e93eee4c72124e42e26973/

3	Бросок и ловля мяча снизу на месте. Игра «Пятнашки»	1	https://rutube.ru/video/ca818a85a2e93eee4c72124e42e26973/
4	ОРУ. Ловля мяча на месте. Игра «Передача мяча в колоннах»	1	https://rutube.ru/video/ca818a85a2e93eee4c72124e42e26973/
5	ОРУ. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай – поймай»	1	https://rutube.ru/video/ca818a85a2e93eee4c72124e42e26973/
6	Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей	1	https://rutube.ru/video/ca818a85a2e93eee4c72124e42e26973/
7	Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Игра «Передача мяча в колоннах»	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6106/conspect/
8	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6106/conspect/
9	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Эстафеты. Игра «Мяч соседу»	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6106/conspect/
10	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Развитие координационных способностей	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6106/conspect/
11	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра «Передал – садись»	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6106/conspect/

12	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6106/conspect/
13	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу»	1	https://open-lesson.net/5959/
14	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Мяч соседу»	1	https://open-lesson.net/5959/
15	Ведение мяча на месте. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных способностей	1	https://open-lesson.net/5959/
16	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Развитие координационных способностей	1	https://www.youtube.com/watch?v=ostP-s-DBbI
17	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Игра « Передача мяча в колоннах»	1	https://www.youtube.com/watch?v=ostP-s-DBbI
18	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей	1	https://www.youtube.com/watch?v=ostP-s-DBbI
19	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Развитие координационных способностей	1	https://www.youtube.com/watch?v=ostP-s-DBbI
20	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра « Пятнашки»	1	https://www.youtube.com/watch?v=ostP-s-DBbI
21	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ. Игра «Третий лишний»	1	https://www.youtube.com/watch?v=ostP-s-DBbI

22	Ведение мяча в движении. ОРУ. Развитие координационных способностей	1	https://www.youtube.com/watch?v=ostP-s-DBbI
23	Ведение мяча в движении. Игра «Третий лишний»	1	https://www.youtube.com/watch?v=ostP-s-DBbI
24	Ведение мяча на месте. ОРУ. Игра «Передал – садись»	1	https://www.youtube.com/watch?v=ostP-s-DBbI
25	Передачи мяча на месте. ОРУ. Развитие координационных способностей	1	https://videomin.net/?q=техника+ловли+и+передачи+мяча+одной+рукой+снизу
26	Передачи мяча на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами	1	https://videomin.net/?q=техника+ловли+и+передачи+мяча+одной+рукой+снизу
27	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении. Игра «Третий лишний»	1	https://videomin.net/?q=техника+ловли+и+передачи+мяча+одной+рукой+снизу
28	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении. Игра «Пятнашки»	1	https://videomin.net/?q=техника+ловли+и+передачи+мяча+одной+рукой+снизу
29	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте и в движении. Игра «Передача мяча в колоннах»	1	https://videomin.net/?q=техника+ловли+и+передачи+мяча+одной+рукой+снизу
30	Подвижные игры. ОРУ. Развитие скоростных способностей	1	https://videomin.net/?q=техника+ловли+и+передачи+мяча+одной+рукой+снизу
31	Ловля и передача мяча на месте. ОРУ.	1	https://videomin.net/?q=техника+ловли+и+передачи+мяча+одной+рукой+снизу

32	Ведение мяча на месте и в движении. ОРУ. Игра «Передал – садись».	1	https://videomin.net/?q=техника+ловли+и+передачи+мяча+одной+рукой+снизу
33	Броски мяча в кольцо. ОРУ. Подведение итогов.	1	https://videomin.net/?q=техника+ловли+и+передачи+мяча+одной+рукой+снизу

2 класс

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов	ЦОР/ЭОР
1	Вводный урок	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
2	Техника передачи мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
3	Техника передачи мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
4	Совершенствование техники передачи мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
5	Совершенствование техники передачи мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
6	Совершенствование техники передачи мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/

7	Техника ведения мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
8	Техника ведения мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
9	Техника ведения мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
10	Совершенствование техники владения мячом на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
11	Совершенствование техники владения мячом на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
12	Броски мяча в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
13	Броски мяча в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
14	Броски мяча в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
15	Совершенствование бросков в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
16	Ловля и передача мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
17	Ловля и передача мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
18	Ведение мяча на месте в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
19	Ведение мяча на месте в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
20	Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
21	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/

22	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
23	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
24	Броски мяча двумя руками с места	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
25	Броски мяча двумя руками с места	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
26	Броски мяча двумя руками с места	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
27	Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
28	Ведение правой (левой) рукой в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
29	Ведение правой (левой) рукой в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
30	Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
31	Ловля и передача мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/

			7/
32	Ведение мяча на месте в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/26238 7/
33	Броски в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/26238 7/
34	Итоговый урок	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/26238 7/

3 класс

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов	ЦОР/ЭОР
1	Вводный урок	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
2	Техника передачи мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
3	Техника передачи мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
4	Совершенствование техники передачи мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
5	Совершенствование техники передачи мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/

6	Совершенствование техники передачи мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
7	Техника ведения мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
8	Техника ведения мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
9	Техника ведения мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/
10	Совершенствование техники владения мячом на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
11	Совершенствование техники владения мячом на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
12	Броски мяча в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
13	Броски мяча в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
14	Броски мяча в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
15	Совершенствование бросков в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
16	Ловля и передача мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
17	Ловля и передача мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
18	Ведение мяча на месте в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
19	Ведение мяча на месте в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5511/conspect/
20	Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/

21	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
22	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
23	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
24	Броски мяча двумя руками с места	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
25	Броски мяча двумя руками с места	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
26	Броски мяча двумя руками с места	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
27	Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
28	Ведение правой (левой) рукой в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
29	Ведение правой (левой) рукой в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
30	Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/

			7/
31	Ловля и передача мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/26238 7/
32	Ведение мяча на месте в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/26238 7/
33	Броски в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/26238 7/
34	Итоговый урок	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/26238 7/

4 класс

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов	ЦОР/ЭОР
1	Вводный урок	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/additional/262411/
2	Техника передачи мяча на месте двумя руками от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/additional/262411/
3	Техника передачи мяча на месте двумя руками от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/additional/262411/

4	Совершенствование техники передачи мяча на месте двумя руками от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/additional/262411/
5	Техники передачи мяча двумя руками от груди в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/additional/262411/
6	Совершенствование техники передачи мяча двумя руками от груди в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/additional/262411/
7	Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/additional/262411/
8	Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
9	Техника ведения мяча на месте и в движении с изменением направления и высотой отскока	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
10	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении с изменением направления	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
11	Совершенствование техники ведения мяча на месте и в движении с изменением направления	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
12	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
13	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
14	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/

15	Совершенствование бросков в кольцо двумя руками от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
16	Ловля и передача мяча на месте в кругу	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
17	Ловля и передача мяча на месте в кругу	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
18	Ведение мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
19	Ведение мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
20	Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/conspect/
21	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (левой) рукой	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
22	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (левой) рукой	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
23	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Ведение на месте правой (левой) рукой	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
24	Броски мяча двумя руками от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
25	Броски мяча двумя руками от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
26	Броски мяча двумя руками от груди	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/

27	Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7155/main/262387/
28	Ведение мяча с изменением скорости	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/conspect/
29	Ведение мяча с изменением скорости	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/conspect/
30	Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/conspect/
31	Ловля и передача мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/conspect/
32	Ведение мяча на месте и в движении	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/conspect/
33	Броски в кольцо	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/conspect/
34	Итоговый урок	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/conspect/

5. Список литературы

Предлагаемые методические рекомендации представлены в виде пособий, включающих в себя теоретико-методические подходы к развитию внеурочной деятельности, основы организации занятий, возрастные особенности методики обучения, развития и воспитания школьников. Раскрывают технологические подходы к планированию учебного материала, составлению учебно-тематического плана, календарно тематического плана. В предлагаемых пособиях используется дидактический, лекционный материал. Физическая культура в школе (научно-методический журнал)

1. В помощь преподавателю. Дружить со спортом и игрой. Составитель Г.П. Попова.
2. В помощь преподавателю физкультуры. Внеклассные мероприятия в средней школе. Автор составитель М.В. Видякин.
3. Портфель учителя. В.С. Кузнецов; Г.П. Колодницкий физическая культура. Физкультурно-оздоровительная работа в школе.
4. Библиотека учителя. Г.И. Погадаев; Б.И. Мишин организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в школе 1-11 классы.
5. Г.М. Соловьев, Н.И. Соловьева культура здорового образа жизни. Учебное пособие.
6. Учебник В.И. Лях 1-4 классы, А. П. Матвеев методические рекомендации ФГОС Москва «Просвещение»2012.
7. ФГОС Рабочие программы Лях В.И., физическая культура.

Цифровые и электронные образовательные ресурсы, образовательные платформы

ФГИС «Моя школа» <https://myschool.edu.ru/>

Федеральный портал «Единое содержание общего образования» <https://edsoo.ru/>

Информационно-коммуникационная платформа «Сферум» <https://sferum.ru>