


Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №4» с.п.Заюково  
Баксанского муниципального района КБР

Рассмотрена Руководитель м/о кл.рук. Апшева А.Х.  Протокол № 1 от «29» августа 2025г.	Согласована Заместитель директора по ВР МОУ «СОШ №4» с.п.Заюково  Абитова М.Б. от «29» августа 2025г.	 «Утверждаю» Директор МОУ «СОШ №4» с.п.Заюково  /Шаев А.П./ Приказ № 44 от «29» августа 2025г.
--	--	---

Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Школьный спортивный клуб»

Классы	5-11
Образовательный уровень	Базовый
Направление	Спортивно -оздоровительное
Учитель	Каскулов Ахъед Абу-Муслимович
Кол-во часов	Недельных -1, годовых- 34
Год разработки	2025
Срок реализации	1 год

2025- 2026 уч. г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа направлена на привлечение обучающихся общеобразовательного учреждения к систематическим занятиям физической культурой и спортом; развитие в общеобразовательной организации традиционных и наиболее популярных в регионе видов спорта; формирование у обучающихся здорового образа жизни, их успешную социализацию.

Реализация программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб» по модулям позволяет максимально учесть в образовательном и воспитательном процессе специфику развития обучающихся на каждой ступени, каждого возраста и формировать в любом возрасте социально компетентную личность на основе учёта индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли, значения видов деятельности и форм общения.

Реализации программы на ступени основного общего и среднего общего образования помогает педагогам интенсивно формировать личность и получить подростку правильный нравственный опыт, удовлетворить потребность первостепенной значимости в принадлежности к какой-нибудь группе, а также снизить негативные факторы, обуславливающие различные поведенческие отклонения в этом возрасте: наркоманию, алкоголизм, курение, преступное поведение.

Для старших школьников программа практически готовит их к выполнению всех видов умственной работы взрослого человека, включая самые сложные. Мышление в судейской и инструкторской практике, арбитраж дает обучающимся возможность проникать в сущность вещей, понимать закономерности отношений между людьми. Поэтому в результате усвоения новых знаний перестраиваются и способы мышления. Знания становятся личным достоянием старшеклассника, перерастая в его убеждения, что, в свою очередь, приводит к изменению взглядов на окружающую действительность. Он стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь: профилируется, готовится к труду, к выполнению гражданских обязанностей.

Программа предназначена для занятий с обучающимися на ступени основной и старшей школы и рассчитана на обучающихся:

- проявляющих повышенный интерес к физической культуре и спорту;
- мотивированных на дальнейшее обучение в учебных заведениях спортивного назначения.

Виды деятельности обучающихся в рамках программы: игровая, познавательная, досугово-развлекательная деятельность (досуговое общение), проблемно-ценностное общение; художественное творчество, социальное творчество (социальная преобразующая добровольческая деятельность); спортивно-оздоровительная деятельность; туристско-краеведческая деятельность;

Образовательные формы, предусмотренные в программе: экскурсии, кружки, секции, олимпиады, конкурсы, соревнования, поисковые исследования, круглые столы, мозговые штурмы, деловые игры, тренинги, проекты, в том числе через организацию деятельности обучающегося во взаимодействии со сверстниками, педагогами, родителями.

Особенность программы заключается в клубной форме организации внеурочной деятельности и широкой вариативности направлений обучения школьников, обеспечивающих формирование у детей актуального социокультурного опыта и личностной позиции, возможность творческой самореализации, подготовку школьников к жизненному самоопределению. С учетом этих особенностей данная программа носит комплексный характер и представляет собой совокупность условий, в рамках которых внеурочная деятельность детей рассматриваются как своеобразный образовательный маршрут, который прокладывается по определённым направлениям. В результате реализации программы сами обучающиеся, педагоги, родители становятся полноценными субъектами организации спортивно-оздоровительной работы в школе. Они включаются в проектную деятельность в роли консультантов, помощников, организаторов внеурочных мероприятий, и самое главное

родители тесно взаимодействуют со своими детьми, что способствует налаживанию между ними доверительных отношений и положительно влияет на результативность освоения данной программы и процесса обучения в целом.

В состав инвариантных модулей входят образовательный модуль «Спортивный менеджмент» и модули спортивных секций по выбору образовательной организации, как традиционных для нее, так и основанных на новых видах спорта для школы.

Учебно-тематические планы модулей, содержание тем и объем отведенных на них часов определяет сама школа, разрабатывают педагоги, реализующие их в зависимости от уровня своего профессионализма, материально-технической базы школы, широты спектра контактов школы с социальными партнерами и т.д. (по этой причине в представленном фрагменте программы не представлены учебно-тематические планы с разбивкой на часы и темы, теорию и практику.

#### Планируемые результаты реализации программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»

В результате освоения программы по образовательным модулям обучающиеся:

*Личностные результаты* освоения обучающимися программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;
- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- оказание бескорыстной помощи окружающим людям, в т. ч. сверстникам, в сохранении и укреплении их здоровья;
- широкий кругозор, осведомленность об основных событиях и изменениях в жизни школы, района, округа;
- умение организовывать свою деятельность и деятельность обучающихся для достижения намеченных целей;
- конструктивно реагировать на ошибки и трудности, возникающие в процессе совместной деятельности;
- своевременно вносить коррективы в свое поведение, намеченный план действий в зависимости от сложившейся ситуации.

*Метапредметные результаты* освоения обучающимися программы:

- осознание здоровья как социокультурного феномена в контексте физического, психологического и социального здоровья, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- планирование и организация самостоятельной спортивно-оздоровительной деятельности (учебной и досуговой) с учетом требований сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

*Предметные результаты* освоения обучающимися программы

- приобретут представление о здоровье и здоровом образе жизни как о сложных социокультурных феноменах;
- изучат основные факторы, влияющие на здоровье;
- научиться применять навыки профилактики и гигиены, позволяющие сохранить здоровье во всех присущих человеческому организму функциональных состояниях;
- узнают основные группы пищевых продуктов и их влияние на организм;

- научиться оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему в пределах своих возрастных и физиологических возможностей.

- активно использовать различные виды двигательной активности и расслабления (физкультминутки, динамические паузы, отдельные упражнения, подвижные игры, релаксация, минутный отдых);

- активно включаться в совместную спортивно-оздоровительную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья.

- приобретут устойчивое негативное отношение к наркомании, алкоголизму, табакокурению как к сложно излечимым заболеваниям;

- выработают алгоритм поведения в различных ситуациях, в том числе конфликтных и экстремальных ситуациях общения с людьми, находящимися в различных психологических состояниях.

- получать заряд здоровья от встречи с прекрасным в природе и науках;

- осознают необходимость природоохранной деятельности как условия полноценной жизни и здоровья человека.

- доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;

- использовать речевые средства и средства ИКТ для решения коммуникативных и познавательных задач; знаково-символические средства представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;

- выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением;

- овладеют различными способами поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве Интернета), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации.

*Воспитательные результаты* реализации программы оцениваются по 3-м уровням.

Первый уровень результатов - приобретение школьниками социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика с учителем как значимым для него носителем положительного социального знания и повседневного опыта.

Первый уровень по программе - школьник знает и понимает все разнообразие спортивно - оздоровительной работы в школе, районе, округе и т.д.

Второй уровень результатов - получение школьниками опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т. е. в защищенной, дружественной социальной среде. Именно в этой среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Второй уровень воспитательных результатов по программе - школьник ценит общественно-полезную деятельность в школе и мотивирован на активное участие в спортивно-оздоровительной деятельности школы.

Третий уровень результатов - получение школьниками опыта самостоятельного общественного действия за пределами дружественной среды школы. Школьник самостоятельно организовывает различные спортивно-оздоровительные мероприятия, активно участвует в их разработке и подготовке.

Основными формами образовательных достижений и результатов освоения обучающимися программы являются:

- анкетирование обучающихся, педагогов и родителей по вопросам здоровья и

поведения обучающихся и реализации программы формирования здорового и безопасного образа жизни (проводится в начале и конце учебного года);

- проявление социальной активности: проведение спортивно-оздоровительных мероприятий, участие в кроссах, олимпиадах, конкурсах, соревнованиях на разных уровнях;
- разработка и презентация проектов и результатов учебных исследований, конференциях, подготовка и распространение печатных материалов и т.п.

Результаты освоения программы соответствуют требованиям ФГОС ООО и СОО.

Цель программы: сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в волейбол.

Задачи:

Обучающие:

- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучить овладение навыками регулирования психического состояния.

Развивающие:

- развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- развивать совершенствование навыков и умений игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма.

Воспитательные:

- воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности за самостоятельным занятием, избранным видом спорта в свободное время; -воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

Личностные задачи - развивать положительные личностные качества учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Мета предметные задачи - формировать универсальные учебные действия (УУД).

Предметные результаты - формировать навыки игры в волейбол, с применением технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»

Планируемые результаты 5-7классы

Личностные	Метапредметные		
	Регулятивные	Коммуникативные	Познавательные
<p>У обучающегося будут сформированы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование культуры здоровья</li> <li>- отношения к здоровью как высшей ценности человека;</li> <li>- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;</li> <li>- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.</li> </ul>	<p>Обучающийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;</li> <li>- содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.</li> <li>- длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;</li> <li>- потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;</li> </ul> <p>Обучающийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формированию культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринуждённо;</li> <li>- планированию определена последовательности</li> </ul>	<p>Обучающийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способности выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействию с людьми;</li> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- формулировать собственное мнение и позицию;</li> <li>- договариваться и приводить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;</li> <li>- строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;</li> <li>- задавать вопросы;</li> <li>- контролировать действия партнеров;</li> <li>- владеть диалоговой формой речи.</li> </ul> <p>Обучающийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- слушать собеседника;</li> <li>- определять общую цель и пути ее достижения;</li> <li>- осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать в сотрудничестве</li> </ul>	<p>Обучающийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь объяснять задания;</li> <li>- понимать причины успеха и не удаchi</li> <li>- владеть сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека;</li> <li>- понимать о здоровье как одного из важнейших условий развития человека,</li> <li>- понимать роли физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек</li> </ul> <p>Обучающийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- искать и выделять, обрабатывать необходимую информацию из различных источников;</li> <li>- определять основную и второстепенную информацию;</li> <li>- ставить и формулировать проблемы, самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем</li> </ul>
	<p>результата;</p> <p>составлять план последовательности действий;</p> <p>- прогнозировать уровень усвоения знаний</p>	<p>- аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности,</p> <p>конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников</p>	

	результата;	- аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности,	
	составлять план последовательности действий;	конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников	
	- прогнозировать уровень усвоения знаний		

*Планируемые результаты освоения программы 5-7классы*

<i>Планируемые результаты освоения программы 5-7классы</i>	
Сформированные действия	Должны научиться
<p><i>Ученик научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правилам безопасного поведения во время занятий спортивными и подвижными играми;</li> <li>- развитию физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся в спортивных играх;</li> <li>- названию разучиваемых технических приёмов игр и основам правильной техники;</li> <li>- наиболее типичным ошибкам при выполнении технических приёмов и тактических действий;</li> <li>- упражнениям для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);</li> <li>- выполнять контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;</li> <li>- основам содержания правил соревнований по спортивным играм;</li> <li>- жестам судьи спортивных игр;</li> <li>- игровым упражнениям, подвижным играм и эстафетам с элементами спортивных игр.</li> </ul>	<p><i>Ученик получит возможность научиться:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;</li> <li>- выполнять технические приёмы и тактические действия;</li> <li>- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;</li> <li>- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;</li> <li>- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;</li> <li>- проводить судейство спортивных игр</li> </ul>

*Планируемые результаты 8-11 классы*

<i>Планируемые результаты 8-11 классы</i>			
Личностные	Метапредметные		
	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные

<p><i>У обучающегося будут сформированы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование культуры здоровья - отношения к здоровью как высшей ценности человека;</li> <li>Способность к самоопределению, смыслообразованию;</li> <li>формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.</li> </ul>	<p><i>Обучающийся научится :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Соотнесению известного и неизвестного;</li> <li>Умению планировать, оценивать;</li> <li>Проявлять к волевое</li> <li><i>Обучающийся получит возможность научиться:</i></li> <li>планированию определения</li> <li>последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата;</li> <li>составлять план последовательности действий;</li> <li>прогнозировать уровень усвоения знаний</li> </ul>	<p><i>Обучающийся научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Формулированию цели</li> <li>Выделению необходимой информации</li> <li>Структурированию</li> <li>Умению выбирать эффективные способы решения учебной задачи</li> <li>Рефлексии</li> <li>Анализу и синтезу</li> <li>Сравнению</li> <li>Классификации</li> <li><i>Обучающийся получит возможность научиться:</i></li> <li>слушать собеседника;</li> <li>определять общую цель и пути ее достижения;</li> <li>осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, оказывать в сотрудничестве взаимопомощь;</li> <li>аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности, разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников</li> </ul>	<p><i>Обучающийся научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</li> <li>Постановке вопросов</li> <li>Разрешению конфликтов</li> <li><i>Обучающийся получит возможность научиться:</i></li> <li>определять основную и второстепенную информацию; ставить и формулировать проблемы, самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем .</li> </ul>
--	--	--	--

*Планируемые результаты освоения программы 8-9 классы*

Сформированные действия	Должны научиться
<p><i>Ученик научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правилам безопасного поведения во время занятий спортивными и подвижными играми;</li> <li>- развитию физических способностей и совершенствованию функциональных возможностей организма занимающихся в спортивных играх;</li> <li>- самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</li> <li>- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и</li> </ul>	<p><i>Ученик получит возможность научиться:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;</li> <li>-выполнять технические приёмы и тактические действия; - 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;</li> </ul>

осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- овладевать сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- бережно относиться к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявлять доброжелательность и отзывчивость к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- знать факторы, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;

- владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием.
- оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- приобретать умения планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- понимать культуру движений человека, постигать значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя из целесообразности и эстетической привлекательности.

Содержание курса внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»

	Раздел	Описание основных содержательных линий
5-11 класс	1. Волейбол. Пионербол	Стойки и перемещения игрока (перемещение в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Передачи мяча и прием мяча (передачи и прием мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещения. Передачи мяча над собой). Нижняя прямая подача мяча. Подвижные игры, эстафеты с элементами волейбола. Тренировочные игры с заданиями.
	2. Настольный теннис	Образовательные: - обучить учащихся технике и тактике настольного тенниса; - научить регулировать свою физическую нагрузку. Развивающие: - развить координацию движений и основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции; - развивать двигательные способности посредством игры в настольный теннис; - формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга. Воспитательные:

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;</li> <li>- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;</li> <li>- пропагандировать здоровый образ жизни.</li> </ul>
	3. Подвижные игры	Разучивание игр народов Южного Урала, русских народных игр. В том числе «Лапта», круговая лапта, в четыре стойки и др.
	4. Общая физическая подготовка	Самоконтроль состояния здоровья на занятиях в школе и дома; суставная гимнастика, фитбол-гимнастика, упражнения на степе; корригирующая гимнастика, направленная на формирования правильной осанки, укрепление мышц спины и живота; контрольные упражнения; соревнования.
	5. Бадминтон	<p>Популяризация бадминтона, приобщение к систематическим занятиям физической культуры и спортом, повышение двигательной активности и уровня физической подготовленности учащихся с целью сохранения и укрепления здоровья.</p> <p>Задачи программы:</p> <p style="padding-left: 20px;">Образовательные</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вооружение знаниями по истории развития бадминтона, правилам игры;</li> <li>- обучение учащихся технике игры;</li> <li>- обучение новым двигательным действиям, для использования их в прикладных целях;</li> <li>- повышение уровня технико-тактического мастерства с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;</li> <li>- привлечение учащихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям по данному виду спорта, в спортивные секции.</li> </ul> <p style="padding-left: 20px;">Оздоровительные</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата;</li> <li>- укрепление связок нижних и верхних конечностей;</li> <li>- повышение резервных возможностей организма.</li> </ul> <p style="padding-left: 20px;">Воспитательные</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие двигательных физических качеств и способностей: быстроты, ловкости, быстроты реакции, специальной и общей выносливости, гибкости, точности, меткости;</li> <li>- воспитание у детей устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;</li> <li>- повышение и воспитание у учащихся устойчивой мотивации к занятиям по бадминтону.</li> </ul>

Учебно-тематический план 5-7 класс

№	Тема	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Общефизическая подготовка	4	0	4
2	Волейбол. Пионербол	12	2	10
3	Настольный теннис	6	1	5
4.	Бадминтон	6	1	5
5.	Подвижные спортивные игры	6	1	5
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>5</b>	<b>29</b>

Календарно-тематическое планирование 5-7 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения
1	Инструктаж по технике безопасности игры в волейбол и пионербол. Учебно-тренировочная игра в волейбол и пионербол	1	05.09.2025
2	Правила игры.	1	12.09
3	Игры, развивающие физические способности.	1	19.09
4	Теоретическое занятие. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд.	1	26.09
5	Учебно-тренировочная игра в волейбол. Правила игры.	1	03.10
7	Передача мяча в парах.	1	10.10
8	Учебно-тренировочная игра в волейбол	1	17.10
9	Совершенствовать стойку игрока в волейболе	1	24.10
10	Совершенствовать стойку игрока в волейболе	1	07.11
11	Учебно-тренировочная игра в волейбол. ОРУ с мячами, передачи мяча в парах.	1	14.11
12	Учебно-тренировочная игра в волейбол. ОРУ с мячами, передачи мяча в парах.	1	21.11
13	Соревнования по волейболу и пионерболу	1	28.11
14	Настольный теннис. Инструктаж по технике безопасности. Упражнения с ракеткой и мячом (набивание). Виды ударов.	1	05.12
15	Техника передвижений у стола, координация. Точность попадания, техника.	1	12.12

16	Атака, контратака. Поддача мяча	1	19.12
17	Тактика: отработка технико - тактической комбинации. Удар справа, удар слева.	1	26.12
18	Срезка в ближнюю и дальнюю зону.	1	09.01.2026
19	Тактические приёмы и комбинации.	1	16.01
20	Возврат мяча срезка слева влево. Совершенствование техники выполнения индивидуального приёма.	1	23.01
23	Парные игры. Оработка технических приёмов настольного тенниса.	1	30.01
24	Соревнования по настольному теннису	1	06.02
25	Бадминтон. Правила техники безопасности при игре в бадминтон	1	13.02
26	Хватка бадминтонной ракетки, волана. Способы перемещения. Основы техники игры. Поддача. Виды подачи.	1	20.02
27	Основы техники игры. Поддача открытой и закрытой стороной ракетки	1	27.02
28	Основы техники игры. Поддачи и удары (классификация ударов). Далёкий удар с замаха сверху.	1	06.03
29	Основы техники игры. Поддачи и удары (классификация ударов). Далёкий удар с замаха сверху.	1	13.03
30	Основы техники игры. Поддачи и удары (классификация ударов). Далёкий удар с замаха сверху.	1	03.04
31	Игры, развивающие физические способности.	1	10.04
32	Игры с элементами общеразвивающих упражнений	1	17.04
33	Игры с лазанием и перелазанием	1	24.04

34	Игры с равновесием	1	15.05
----	--------------------	---	-------

#### Учебно-тематический план 8-11 класс

№	Тема	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Общефизическая подготовка	2	0	2
2	Волейбол.	12	1	11
3	Настольный теннис	8	1	7
4.	Бадминтон	8	1	7
5.	Подвижные спортивные игры	4	0	4
		34	3	31

## Календарно-тематическое планирование 8 - 11 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения
1	Общая физическая подготовка (ОФП) бадминтониста	1	04.09.2025
2	Общая физическая подготовка (ОФП) теннисиста, волейболиста	1	11.09
3	Инструктаж по технике безопасности игры в волейбол. Учебно-тренировочная игра в волейбол	1	18.09
4	Игры, развивающие физические способности.	1	25.09
5	Теоретическое занятие. Перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом	1	02.10

	вперёд.		
6	Учебно-тренировочная игра в волейбол. Правила игры.	1	09.10
7	Верхняя прямая передача мяча в парах.	1	16.10
8	Учебно-тренировочная игра в волейбол	1	23.10
9	Теоретическое занятие по правилам игры.	1	13.11
10	Теоретическое занятие по правилам игры. Учебно-тренировочная игра в волейбол	1	20.11
11	Совершенствовать стойку игрока в волейболе	1	27.11
12	Совершенствовать стойку игрока в волейболе	1	04.12
13	Учебно-тренировочная игра в волейбол. ОРУ с мячами, передачи мяча в парах.	1	11.12
14	Разучивание передачи сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).	1	18.12
15	Настольный теннис. Инструктаж по технике безопасности. Упражнения с ракеткой и мячом (набивание). Виды ударов.	1	25.12
16	Виды ударов (атакующие, промежуточные, защитные).	1	15.01.2026
17	Тренировки сложных подач и их приёма.	1	22.01
18	Имитационные упражнения. Активный приём подачи накатом.	1	29.01
19	Стойка. Координация у стола. Перемещение у стола. Точность попадания. Техника.	1	05.02
20	Стойка. Координация у стола. Перемещение у стола. Точность попадания. Техника.	1	12.02
21	Упражнения для освоения и совершенствования техники игры.	1	19.02
22	Упражнения для освоения и совершенствования техники игры.	1	26.02
23	Отработка технических приёмов настольного тенниса.	1	05.03
24	Бадминтон. Инструктаж по технике безопасности.	1	12.03
25	Основы техники игры. Подачи и удары (классификация)	1	19.03
26	Удары справа, слева открытой и закрытой стороной ракетки	1	26.04
27	<u>Плоская подача. Короткие удары</u>	1	02.04
28	<u>Полачи. Удары (короткие, высоко-далёкие удары)</u>	1	09.04
29	<u>Совершенствование игровых действий по бадминтону</u>	1	16.04
30	<u>Совершенствование игровых действий по бадминтону</u>	1	23.04
31	<u>Игры, развивающие физические способности</u>	1	30.04
32	<u>Игры, развивающие физические способности</u>	1	07.05
33	<u>Игры, развивающие физические способности</u>	1	14.05
34	<u>Игры, развивающие физические способности</u>	1	21.05



