

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ИШИМСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
МАОУ ГАГАРИНСКАЯ СОШ

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

 Городянская Е.С.

Протокол № 1
от 25.08.2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

 Бырдина Е. М.
27. 08. 2025 г.



Астанина С. Р.
Приказ № 107
от 28.08.2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
модуля физической культуры «спортивные игры»
для обучающихся 10-11 классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА

Программа учебного курса «Спортивные игры» для 10-11 х классов разработана на основе Основной образовательной программы филиала МАОУ Гагаринская СОШ-клепиковская ООШ.

Курс введён в часть учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Новизна данной программы определена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, она предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал программы предполагает изучение основ трёх спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах.

Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Программа учебного курса по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Цель программы секции «Спортивные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими задачами:

- 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.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

На изучение предмета «Спортивные игры» 10-11 классы согласно учебному плану отводится 1 час в неделю, по годовому календарному учебному графику Гагаринской ООШ на 2025-2026 уч.год - 68 ч, по рабочей программе 68 ч. - в 10 классе 34 ч , по рабочей программе 34 ч.; в 11 классе 34 ч, по рабочей программе 34 ч;

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся основной школы.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ УЧЕБНОГО КУРСА

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

Первый год обучения

Общая физическая подготовка

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, . Бег с высокого старта на 60 - . Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10 метров, 6x10 метров, длительный бег 10-12 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча . Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Акробатическая комбинация. Упражнения с гантелями. Длинные кувырки через препятствия высотой .

Баскетбол

1. *Основы знаний.* Взаимосвязь регулярной физической активности и индивидуальных здоровых привычек. Аэробная и анаэробная работоспособность. Физическая подготовка и её связь с развитием систем дыхания и кровообращения.

2. *Специальная подготовка.* Повороты на месте. Остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх. Ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока. Челночное ведение. Передача одной рукой от плеча после ведения при встречном движении. Броски в движении после двух шагов. Учебная игра.

Волейбол

1. *Основы знаний.* Физические качества человека и их развитие. Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнений.

2. *Специальная подготовка.* Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Передача мяча с собственным

подбрасыванием на месте после небольших перемещений. Нижняя прямая подача. Подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Пионербол».

Футбол

1. *Основы знаний.* Правила самостоятельного выполнения скоростных и силовых упражнений. Правила соревнований по футболу: поле для игры, число игроков, обмундирование футболистов. Составные части ЗОЖ.

2. *Специальная подготовка.* Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в горизонтальную (полоса шириной , длиной до 7-) и вертикальную (полоса шириной , длиной 5-) мишень. Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов. Эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнёру. Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол).

Второй год обучения

Общая физическая подготовка

Упражнения для рук и плечевого пояса; для мышц шеи; для туловища, для ног.

Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах – повороты, наклоны, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Акробатические упражнения. Кувырки, полет – кувырок вперед с места и с разбега, перевороты. Подвижные игры и упражнения.

###Игры с мячом; игры с бегом, с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, метание в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения. Бег на 30, 60, 100, 200 м; на 400, 500, 800, 1500 м.

Кроссы от 1 до 3 км. Прыжки в длину и в высоту с места и с разбега.

Баскетбол

1. *Основы знаний.* Взаимосвязь регулярной физической активности и индивидуальных здоровых привычек. Аэробная и анаэробная работоспособность. Физическая подготовка и её связь с развитием систем дыхания и кровообращения.

2. *Специальная подготовка.* Повороты на месте. Остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх. Ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока. Челночное ведение. Передача одной рукой от плеча после ведения при встречном движении. Броски в движении после двух шагов. Учебная игра.

Волейбол

1. *Основы знаний.* Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнений.

2. *Специальная подготовка.*

Верхняя передача двумя руками в прыжке. Прямой нападающий удар. Верхняя, нижняя передача двумя руками назад. Совершенствование приема мяча с подачи и в защите. Двусторонняя учебная игра. Одиночное блокирование и страховка. Командные тактические действия в нападении и защите. Подвижные игры.

Футбол

1. *Основы знаний.*

Правила игры в футбол. Роль команды и значение взаимопонимания для игры. Роль капитана команды, его права и обязанности.

Пояснения к правилам игры в футбол. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечание, предупреждение и удаление игроков с полей.

Планирование спортивной тренировки. Методы развития спортивной работоспособности футболистов.

Виды соревнований. Система розыгрыша. Правила соревнований, их организация и проведение.

2. *Специальная подготовка*

Упражнения для развития силы. Приседания с отягощением с последующим быстрым выпрямлением подскоки и прыжки после приседания

без отягощения и с отягощением. Приседание на одной ноге с последующим подскоком вверх. Лежа на животе сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора. Броски набивного мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность. Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Толчки плечом партнера. Борьба за мяч.

Для вратаря: из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах. То же, но отталкиваясь от стены ладонями и пальцами. В упоре лежа передвижение на руках вправо (влево) по кругу (носки ног на месте). В упоре лежа хлопки ладонями. Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевыми амортизаторами. Сжимание теннисного (резинового) мяча. Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками. Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность. Ловля набивных мячей, направляемых 2 – 3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

Упражнения для развития быстроты. Повторное пробегание коротких отрезков (10 – 30 м) из различных исходных положений. Бег с изменениями (до 180*). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением скорости. Челночный бег лицом и спиной вперед. Бег боком и спиной вперед (10 – 20 м) наперегонки. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками. Бег с быстрым изменением способа передвижения. Ускорения и рывки с мячом (до 30 м). Обводка препятствий (на скорость). Рывки к мячу с последующим ударам по воротам.

Упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой (для вратарей); те же, выполняя в прыжке поворот на 90 – 180*. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону. Жонглирование мячом в воздухе, чередуя

удары различными частями стопы, бедром, головой. Ведение мяча головой. Подвижные игры.

Упражнения для развития специальной выносливости. Переменный и поворотный бег с мячом. Двусторонние игры. Игровые упражнения с мячом (трое против трех, двое против двух и т.д.) большой интенсивности. Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течении 3 – 10 мин.

Упражнения для формирования умения двигаться без мяча.

Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом, изменения ритм за счет различной длины шагов и скорости движения. Цикличный бег (с поворотным скачком на одной ноге). Прыжки: вверх, верх – вперед, вверх – назад, вверх – вправо, вверх – влево, толчком двух ног с места и толчком на одной и двух ногах с разбега. Для вратарей: прыжки в сторону с падением перекатом. Повороты во время бега переступая и на одной ноге. Остановки во время бега – выпадом, прыжком, переступанием.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые результаты освоения обучающимися программы модуля «Спортивные игры» 10-11 классы

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;

- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
1.Самоопределение 2.Смыслообразование	1.Соотнесение известного и неизвестного 2.Планирование 3.Оценка 4.Способность к волевому усилию	1.Формулирование цели 2.Выделение необходимой информации 3.Структурирование 4.Выбор эффективных способов решения учебной задачи 5.Рефлексия 6.Анализ и синтез 7.Сравнение 8.Классификации 9.Действия постановки и решения проблемы	1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами 2.Постановка вопросов 3.Разрешение конфликтов

Оздоровительные результаты программы:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

**Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести
обучающиеся в процессе реализации программы модуля «Спортивные
игры» 10-11 классы**

Предметные результаты: Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творческих применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;

- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

2.2. В ходе реализации программы по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся **смогут получить знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;

- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;

- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;

- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;

- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;

- жесты судьи спортивных игр;

- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;

- выполнять технические приёмы и тактические действия;

- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;

- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;

- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;

- проводить судейство спортивных игр.

Основной показатель реализации программы секции «Спортивные игры» - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Баскетбол	12	<p>Ведение мяча на месте и в движении важный технический элемент для игры в баскетбол. Это спортивная атлетическая игра, один из популярных видов спорта. Играя в баскетбол, дети активно с пользой для здоровья проводят время, становятся сильными, быстрыми,</p>	<ul style="list-style-type: none"> играть в баскетбол по упрощенным правилам выполнить учебные нормативы. 	https://resh.edu.ru/subject/9/

			ловкими, могут быстро ориентироваться и принимать решение.		
2	Волейбол	12	<p>Волейбол – игра для всех.</p> <p>Основные линии разметки спортивного зала.</p> <p>Положительные и отрицательные черты характера.</p> <p>Здоровое питание.</p> <p>Экологически чистые продукты.</p> <p>Утренняя физическая зарядка.</p>	<p>1.Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми.</p> <p>Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья. 2. Специальная подготовка.</p> <p>Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче.</p> <p>Подбрасывание мяча</p>	https://resh.edu.ru/subject/9/

				на заданную высоту и расстояние от туловища.	
3	Футбол	10	Влияние занятий футболом на организм школьника. Причины переохлаждения и перегревания организма человека. Признаки простудного заболевания.	Регулярно измеряют массу своего тела с помощью напольных весов. Укрепляют мышцы спины и плечевой пояс с помощью специальных упражнений	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Волейбол	12	<p>Волейбол – игра для всех.</p> <p>Основные линии разметки спортивного зала.</p> <p>Положительные и отрицательные черты характера.</p> <p>Здоровое питание.</p> <p>Экологически чистые продукты.</p> <p>Утренняя физическая зарядка.</p>	<p>1.Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми.</p> <p>Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья. 2. Специальная подготовка. Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой</p>	https://resh.edu.ru/subject/9/

				подаче. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища.	
2	Баскетбол	12	Ведение мяча на месте и в движении важный технический элемент для игры в баскетбол. Это спортивная атлетическая игра, один из популярных видов спорта. Играя в баскетбол, дети активно с пользой для здоровья проводят время, становятся сильными, быстрыми, ловкими, могут быстро ориентироваться	<ul style="list-style-type: none"> играть в баскетбол по упрощенным правилам выполнить учебные нормативы. 	https://resh.edu.ru/subject/9/

			и принимать решение.		
3	Футбол	10	<p>Влияние занятий футболом на организм школьника.</p> <p>Причины переохлаждения и перегревания организма человека.</p> <p>Признаки простудного заболевания.</p>	<p>Регулярно измеряют массу своего тела с помощью напольных весов.</p> <p>Укрепляют мышцы спины и плечевой пояс с помощью специальных упражнений</p>	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата проведения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Баскетбол. Стойки и перемещения баскетболиста .	1	0	0	04.09	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Остановки прыжком	1	0	0	11.09	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Остановки прыжком	1	0	0	18.09	https://resh.edu.ru/subject/9/
4	Остановки «В два шага».	1	0	0	25.09	https://resh.edu.ru/subject/9/
5	Передачи мяча.	1	0	0	02.10	https://resh.edu.ru/subject/9/
6	Ловля мяча.	1	0	0	09.10	https://resh.edu.ru/subject/9/
7	Ведение мяча.	1	0	0	16.10	https://resh.edu.ru/subject/9/
8	Броски в кольцо.	1	0	0	23.10	https://resh.edu.ru/subject/9/
9	Подвижные игры с мячом.	1	0	0	06.11	https://resh.edu.ru/subject/9/
10	Подвижные игры с мячом.	1	0	0	13.11	https://resh.edu.ru/subject/9/
11	Подвижные игры с мячом.	1	0	0	20.11	https://resh.edu.ru/subject/9/
12	Подвижные игры с мячом.	1	0	0	27.11	https://resh.edu.ru/subject/9/
13	Перемещения с мячом.	1	0	0	04.12	https://resh.edu.ru/subject/9/
14	Перемещения с мячом.	1	0	0	11.12	https://resh.edu.ru/subject/9/
15	Передача мяча.	1	0	0	18.12	https://resh.edu.ru/subject/9/
16	Передача мяча.	1	0	1	25.12	https://resh.edu.ru/subject/9/
17	Передача мяча.	1	0	0	15.01	https://resh.edu.ru/subject/9/

18	Нижняя прямая подача с середины площадки.	1	0	0	22.01	https://resh.edu.ru/subject/9/
19	Нижняя прямая подача с середины площадки.	1	0	0	29.01	https://resh.edu.ru/subject/9/
20	Прием мяча.	1	0	0	05.02	https://resh.edu.ru/subject/9/
21	Прием мяча.	1	0	0	12.02	https://resh.edu.ru/subject/9/
22	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	19.02	https://resh.edu.ru/subject/9/
23	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	26.02	https://resh.edu.ru/subject/9/
24	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	05.03	https://resh.edu.ru/subject/9/
25	Стоики и перемещения с мячом.	1	0	0	12.03	https://resh.edu.ru/subject/9/
26	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов.	1	0	0	19.03	https://resh.edu.ru/subject/9/
27	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу.	1	0	0	26.03	https://resh.edu.ru/subject/9/
28	Передачи мяча .	1	0	0	09.04	https://resh.edu.ru/subject/9/
29	Передачи мяча .	1	0	0	16.04	https://resh.edu.ru/subject/9/
30	Передачи мяча .	1	0	1	23.04	https://resh.edu.ru/subject/9/
31	Подвижные игры	1	0	0	30.04	https://resh.edu.ru/subject/9/
32	Подвижные игры	1	0	0	07.05	https://resh.edu.ru/subject/9/
33	Подвижные игры	1	0	0	14.05	https://resh.edu.ru/subject/9/
34	Подвижные игры	1	0	1	21.05	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	3		

11 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата проведения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Баскетбол. Стойки и перемещения баскетболиста .	1	0	0	03.09	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Остановки прыжком	1	0	0	10.09	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Остановки прыжком	1	0	0	17.09	https://resh.edu.ru/subject/9/
4	Остановки «В два шага».	1	0	0	24.09	https://resh.edu.ru/subject/9/
5	Передачи мяча.	1	0	0	01.10	https://resh.edu.ru/subject/9/
6	Ловля мяча.	1	0	0	08.10	https://resh.edu.ru/subject/9/
7	Ведение мяча.	1	0	0	15.10	https://resh.edu.ru/subject/9/
8	Броски в кольцо.	1	0	0	22.10	https://resh.edu.ru/subject/9/
9	Подвижные игры с мячом.	1	0	0	05.11	https://resh.edu.ru/subject/9/
10	Подвижные игры с мячом.	1	0	0	12.11	https://resh.edu.ru/subject/9/
11	Подвижные игры с мячом.	1	0	0	19.11	https://resh.edu.ru/subject/9/
12	Подвижные игры с мячом.	1	0	0	26.11	https://resh.edu.ru/subject/9/
13	Перемещения с мячом.	1	0	0	03.12	https://resh.edu.ru/subject/9/
14	Перемещения с мячом.	1	0	0	10.12	https://resh.edu.ru/subject/9/
15	Передача мяча.	1	0	0	17.12	https://resh.edu.ru/subject/9/
16	Передача мяча.	1	0	1	24.12	https://resh.edu.ru/subject/9/
17	Передача мяча.	1	0	0	14.01	https://resh.edu.ru/subject/9/

18	Нижняя прямая подача с середины площадки.	1	0	0	21.01	https://resh.edu.ru/subject/9/
19	Нижняя прямая подача с середины площадки.	1	0	0	28.01	https://resh.edu.ru/subject/9/
20	Прием мяча.	1	0	0	04.02	https://resh.edu.ru/subject/9/
21	Прием мяча.	1	0	0	11.02	https://resh.edu.ru/subject/9/
22	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	18.02	https://resh.edu.ru/subject/9/
23	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	25.02	https://resh.edu.ru/subject/9/
24	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	04.03	https://resh.edu.ru/subject/9/
25	Стоики и перемещения с мячом.	1	0	0	11.03	https://resh.edu.ru/subject/9/
26	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов.	1	0	0	18.03	https://resh.edu.ru/subject/9/
27	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу.	1	0	0	25.03	https://resh.edu.ru/subject/9/
28	Передачи мяча .	1	0	0	08.04	https://resh.edu.ru/subject/9/
29	Передачи мяча .	1	0	0	15.04	https://resh.edu.ru/subject/9/
30	Передачи мяча .	1	0	1	22.04	https://resh.edu.ru/subject/9/
31	Подвижные игры	1	0	0	29.04	https://resh.edu.ru/subject/9/
32	Подвижные игры	1	0	0	06.05	https://resh.edu.ru/subject/9/
33	Подвижные игры	1	0	0	13.05	https://resh.edu.ru/subject/9/
34	Подвижные игры	1	0	1	20.05	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	3		

