

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА ДЖАНКОЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №8»**

РАССМОТРЕНО

МО учителей физической
культуры и ОБЗР
(протокол от 28.08.2025 №1)

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР
Дудина Л.Е. Дудина Л.Е..
28.08.2025

УТВЕРЖДЕНО

Приказ МОУ «СШ №8»
от 29.08.2025 № 440

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

курса внеурочной деятельности

«Спортивный клуб»

Для обучающихся 10-А ,Б класса

Составитель
Сейдаметов Н.Д.

ДЖАНКОЙ, 2025

№	Содержание занятий	Кол-во часов	Дата			
			По плану		По факту	
			10-А	10-Б	10-А	10-Б
1	Меры профилактики и техника безопасности на занятиях спортивными играми. Баскетбол. Ведение и передача мяча.	1				
2	Ведение и передача мяча в движении.	1				
3	Ведение и ловля мяча с изменением направления. (немного истории о видах спорта).	1				
4	Ведение и ловля мяча с изменением направления. (правила игр).	1				
5	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте.	1				
6	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча в движении.	1				
7	Штрафной бросок. Бросок одной рукой от плеча со среднего расстояния. Учебная игра	1				
8	Штрафной бросок. Бросок одной рукой от плеча со среднего расстояния. Учебная игра	1				
9	Обучение техники вырывания и выбивания мяча.	1				
10	Обучение техники вырывания и выбивания мяча.	1				
11	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.	1				
12	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.	1				

13	Волейбол. (немного истории о видах спорта, правила игр). Обучение технике подач и передач мяча.	1				
14	Прямая верхняя и нижняя подача ч/з сетку в разные зоны площадки. Специальное упражнение – подача в прыжке.	1				
15	Прямая верхняя и нижняя подача ч/з сетку в разные зоны площадки. Специальное упражнение – подача в прыжке.	1				
16	Прямая верхняя и нижняя подача ч/з сетку в разные зоны площадки. Специальное упражнение – подача в прыжке	1				
17	Передача мяча в движении приставными шагами из зоны 1-6-5 в зоны 3-4-2.	1				
18	Передача мяча в движении приставными шагами из зоны 1-6-5 в зоны 3-4-2.	1				
19	Передачи в парах. Нападающий удар и блокирование, подача в заданную зону.	1				
20	Передачи в парах. Нападающий удар и блокирование, подача в заданную зону.	1				
21	Верхняя и нижняя передачи в парах и тройках в движении.	1				
22	Верхняя и нижняя передачи в парах и тройках в движении	1				
23	Передачи мяча в парах. Упражнения с мячами у сетки. Нижняя и боковая подача.	1				
24	Учебная игра «Волейбол».	1				
25	Футбол. (немного истории, правила игры). Ведение и прием мяча.	1				
26	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Передачи мяча в парах.	1				

27	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Передачи мяча в парах.	1				
28	Прием и остановка мяча. Обработка мяча одним касанием.	1				
29	Прием и остановка мяча. Обработка мяча одним касанием.	1				
30	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу.	1				
31	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу	1				
32	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).	1				
33	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).	1				
34	Учебная игра «Футбол».	1				
	Всего:	34				

Пронумеровано, прошито
и скреплено печатью

44 четыре) листов

Директор МОУ «СШ №8»

И. В. И. Замирская

