

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Чувашской Республики Управление образования, молодежной
политики, физической культуры
и спорта администрации Батыревского муниципального округа Чувашской Республики

МБОУ "Балабаш-Баишевская СОШ" Батыревского муниципального округа
Чувашской Республики"

РАССМОТРЕНО

На заседании
методического
объединения учителей
математики, физики,
информатики и технологии

_____ Белова Н.Г.
Протокол №1
от «23» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

_____ Мазякова Р.А.
Протокол №1
от «26» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы
_____ Матюшкин С.И.
Приказ № 139 - ОД
от « 28 » августа 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Общая физическая подготовка и спортивные игры»

для обучающихся 10-11 классов

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка (ОФП) и спортивные игры» разработана с помощью комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений В.И. Ляха (2012г.), допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

Программа рассчитана для обучающихся 11 класса на один учебный год, 1 час в неделю.

Нормативно-правовой и документальной базой программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся на ступени основного общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;

СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 29 декабря 2010 г. № 189) раздел 2.10.;

- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);

Рабочая программа составлена с учетом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).
- Национальная доктрина образования в РФ. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000г. № 751.
- Базисный учебный план общеобразовательных учреждений РФ. Приказ МО РФ от 09.03.2004г. № 1312 (ред. От 30.08.2011г.).
- Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.
- О продукции мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499.
- О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015гг. Распоряжение правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р.

Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению – это обучение детей бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много

объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании. Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в ее решении отводится школе. Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Программа "Подвижные игры» является незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений.

Подвижные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность подвижных (спортивных игр) – их соревновательный, творческий, коллективный характер. Все свои жизненные впечатления и переживания младшие школьники отражают в условно-игровой форме. Игровая ситуация увлекает и воспитывает младшего школьника.

Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества.

Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психоэмоциональное и социальное развитие личности.

Программа «Подвижные игры» включает в себя подвижные игры, пионербол, элементы баскетбола, ОФП.

Пионербол – это увлекательная и массовая подвижная игра. Она проста, эмоциональна и отличается высоким оздоровительным эффектом. Чтобы играть в пионербол, нужно быстро бегать, мгновенно изменять движения по направлению и скорости, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью, выносливостью. Выполнение движений с мячом сопровождается эмоциональным напряжением, выявляет активизацию деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Игра развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

Актуальность программы заключается в том, что она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

Проблема сохранения и укрепления здоровья детей в наши дни становится все более актуальной: мы наблюдаем резкое снижение процентов здоровых детей. Этому может быть много объяснений: неблагоприятная экологическая обстановка, снижение уровня жизни некоторых слоев населения, значительные нервно-психические нагрузки и др. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании.

Значительная роль в формировании здорового образа жизни у детей отводится школе. Ей доверено воспитание новых поколений россиян. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Цели и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности:

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Общая физическая подготовка (ОФП) и спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. 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 младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностноориентированные подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования и спроектирована с учётом нивелирования вышеперечисленных школьных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья младших школьников.

Цель внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» – развивать физические качества учащихся 10 класса и совершенствовать двигательные, удовлетворить индивидуальные двигательные потребности.

Цели конкретизированы следующими задачами:

1. **Образовательные:**
2. -сформировать общие представления о технике и тактике игры в пионербол, начальные навыки судейства;
 - ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;
 - формировать правильную осанку;
 - обучать диафрагмально-релаксационному дыханию;
 - изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленностью;
 - формировать у обучающихся навыки здорового образа жизни.

Развивающие:

- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
- совершенствовать прикладные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.

Воспитательные:

- прививать жизненно важные гигиенические навыки;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка;
- формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

Оздоровительные:

- улучшать функциональное состояние организма;
- повышать физическую и умственную работоспособность;
- способствовать снижению заболеваемости.

**Планируемые результаты освоения обучающимися
программы внеурочной деятельности**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы,

отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

- предметные результаты — освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих умений:

- **Определять и высказывать** под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, **делать выбор**, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. **Регулятивные УУД:**

- **Определять и формулировать** цель деятельности на уроке с помощью учителя.

- **Проговаривать** последовательность действий на уроке.

- Учить **высказывать** своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить **работать** по предложенному учителем плану.

- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- Учиться совместно с учителем и другими учениками **давать** эмоциональную **оценку** деятельности класса на уроке.

- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. **Познавательные УУД:**

- Делать предварительный отбор источников информации: **ориентироваться** в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).

- Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.

- Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всего класса.

- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

3. Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

- *Слушать* и *понимать* речь других.

- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- 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 во всем его проявлениях.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности:

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

- основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;
- особенности влияния вредных привычек на здоровье младшего школьника;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- основы рационального питания;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- свои права и права других людей;
- соблюдать общепринятые правила в семье, в школе, в гостях, транспорте, общественных учреждениях;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- знания о “полезных” и “вредных” продуктах, значение режима питания.

уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- различать “полезные” и “вредные” продукты;
- использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ, клещевой энцефалит;
- определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье;
- заботиться о своем здоровье;
- находить выход из ситуаций, связанных с употреблением алкоголя, наркотиков, сигарет;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;
- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечении, удушении, утоплении, обморожении, ожоге, травмах, тепловом и солнечном ударах;
- 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.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности:

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Общая физическая подготовка (ОФП) и спортивные игры», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

Социально одобряемая модель поведения может быть выработана только в результате вовлечения обучающихся в здоровые сберегающие практики. Принимая во внимание этот факт, наиболее рациональным способом будет подведение итогов каждого изучаемого раздела в игровой форме, при организации коллективного творческого дела.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, КВНы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ.

В результате освоения обязательного минимума содержания программы ученики должны:

ЗНАТЬ:

- влияние физических упражнений на организм человека;
- способы закаливания организма и основные приёмы самомассажа;
- особенности и способы движений и передвижений человека;
- терминологию разучиваемых упражнений;
- основы личной гигиены;
- причины травматизма на занятиях подвижными и спортивными играми и правила его предупреждения.

УМЕТЬ:

- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений для развития основных физических качеств;
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных и спортивных играх;
- взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий физкультурой на уроке и во внеурочных мероприятиях;
- соблюдать технику безопасности при выполнении физических упражнений;
- пользоваться современным спортивным инвентарём и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий.

ИСПОЛЬЗОВАТЬ приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- проведения самостоятельных занятий по развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
- соблюдения правил и норм поведения в индивидуальной и коллективной двигательной деятельности;

Содержание курса внеурочной деятельности

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Общая физическая подготовка (ОФП) и спортивные игры» предназначена для обучающихся 11 класса. Данная программа является модульной и состоит из 3 автономных модулей, каждый из которых предполагает организацию определённого направления спортивно-оздоровительной деятельности школьников.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения занятия
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность				
1.1	Общая физическая подготовка	4	http://fizkultura-na5.ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura	Практическое занятие
Итого по разделу		4		
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность				
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	6	http://fizkultura-na5.ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura	Практическое занятие
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	8	http://fizkultura-na5.ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura	Практическое занятие
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	8	http://fizkultura-na5.ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura	Практическое занятие
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	8	http://fizkultura-na5.ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura	Практическое занятие
Итого по разделу		30		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего		
1	Правило безопасности на занятиях общей физической подготовкой.	1	06.09.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
2	Развитие скоростно-силовых способностей.	1	13.09.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
3	Общеразвивающие упражнения.	1	20.09.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
4	Контроль состояния здоровья в процессе самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой	1	27.09.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
5	Техническая подготовка в баскетболе	1	04.10.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
6	Совершенствование техники ведение мяча и во взаимодействии с партнером	1	11.10.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
7	Совершенствование техники броска мяча в корзину в движении	1	18.10.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
8	Ведение мяча в различной стойке	1	25.10.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
9	Ведение мяча в различной стойке.	1	08.11.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
10	Передача и ловля мяча в движении. 2 шага бросок после ведения	1	15.11.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura

				sities/fizkultura
11	Развитие скоростных и силовых способностей средствами игры баскетбол	1	22.11.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
12	Броски с различных дистанций	1	29.11.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
13	Тренировочные игры по баскетболу	1	06.12.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
14	Учебная игра	1	13.12.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
15	Техническая подготовка в волейболе	1	20.12.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
16	Совершенствование техники нападающего удара	1	27.12.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
17	Совершенствование техники одиночного блока	1	17.01.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
18	Совершенствование тактической действий во время защиты и нападения в условиях учебной и игровой деятельности	1	24.01.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
19	Верхняя передача мяча в парах через сетку. Передача мяча над собой во встречных колоннах.	1	31.01.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
20	Отбивание мяча кулаком через сетку. Нижняя прямая подача, прием подачи	1	07.02.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
21	Нападающий удар после передачи.	1	14.02.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
22	Техника приема мяча	1	21.02.2025	http://fizkultura-na5/ru/

	снизу двумя руками.			https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
23	Развитие координационных способностей. Контроль техники выполнения нижней подачи через сетку с 5м.	1	28.02.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
24	Тренировочные игры по волейболу	1	07.03.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
25	Техническая подготовка в футболе	1	14.03.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
26	Тактическая подготовка в футболе	1	21.03.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
27	Остановка мяча.	1	13.03.2024	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
28	Введение мяча	1	04.04.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
29	Удар по неподвижному и катящему мячу.	1	11.04.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
30	Развитие выносливости средствами игры футбол	1	18.04.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
31	Совершенствование технических действий в передаче мяча, стоя на месте и в движении	1	25.04.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
32	Совершенствование техники ведение мяча и во взаимодействии с партнером	1	24.05.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
33	Совершенствование техники удара по мячу в движении	1	16.05.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura

34	Тренировочные игры по мини-футболу	1	23.05.2025	http://fizkultura-na5/ru/ https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Лях, В. И. Рабочие программы. Физическая культура. 10-11 классы. М.-«Просвещение», 2015.
2. Лях, В. И., Любомирский Л.Е., Мейксон Г.Б. Физическая культура. Учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений. М.-«Просвещение», 2013.
3. Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по физической культуре / авт.-сост. А. П. Матвеев. Т. В. Петрова. - М. : Дрофа, 2001.- 128 с.
4. Родченко В.С. Твой олимпийский учебник. М.-«Физкультура и спорт», 2005.
5. Скородумов Н. Физическая культура и спорт в Чувашии.-Чебоксары, 1994.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Физическая культура, 10-11 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура 10-11 классы. Методическое пособие.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<http://fizkultura-na5/ru/>

<https://multiurok.ru/all-sities/fizkultura>

