

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 24»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДА БРАТСКА

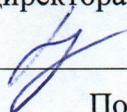
РАССМОТРЕНО

Заседание МО
МБОУ «СОШ №24»
Руководитель МО


Морозова Ю.С.
Протокол №1 от
«29» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР


Попова Л.М.
Протокол МС №1 от
«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор


Иванова М.В.
Приказ № 406 от
«30» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Школьный спортивный клуб»

для обучающихся 5-9 классов

Направление: спортивно-оздоровительное

Разработали: Макарова Ю.С., Гуляев В.А. Мاستицкий В.В.
Снигур А.В, Ананьева В.Л.

Братск, 2024 г.

1. ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты:

ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Метапредметные результаты:

отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

выполнять организующие строевые команды и приёмы;

выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);

выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);

выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Содержание (разделы, темы)	Формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности
---	----------------------------	-----------------------------------	------------------------------------

1.	Лёгкая атлетика	Индивидуальная, фронтальная, групповая.	парная,	Бег на короткие дистанции. Бег на время на дистанции 30. 60 м. Бег на время на дистанции 100 м. Бег по пересечённой местности.
2.	Футбол.	Индивидуальная, фронтальная, групповая.	парная,	Ведение и обводка. Отбор мяча. Вбрасывание мяча. Удары по мячу. Игра вратаря. Свободная игра. Игра на счет.
3.	Волейбол.	Индивидуальная, фронтальная, групповая.	парная,	Приём мяча. Передача мяча. Подача мяча. Нападающий удар. Блокирование мяча. Учебно-тренировочная игра.
4.	Баскетбол.	Индивидуальная, фронтальная, групповая.	парная,	Ведение мяча. Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействия. Отвлекающие приёмы. Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. Групповые тактические действия в нападении и защите. Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя игра.
5.	Лыжная подготовка.	Индивидуальная, фронтальная, групповая.	парная,	Классические лыжные ходы. Коньковые лыжные ходы. Подъёмы и спуски с горы. Торможение на лыжах. Повороты на лыжах. Эстафеты на лыжах.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	ЭОР (ЦОР)	Темы	Количество часов
1	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Техника безопасности на занятиях. Планирование занятий.	1
2	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Легкая атлетика: Бег на короткие дистанции.	1

3	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Стартовый разбег по сигналу и самостоятельно, на прямой и на повороте.	1
4	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Ускорения, бег по повороту, финиширование.	1
5	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Бег на время. Дистанции 30, 60 м.	1
6	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Футбол: Ведение и обводка.	1
7	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Отбор мяча.	1
8	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Волейбол: Приём мяча. Передача мяча.	1
9	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Приём мяча. Передача мяча.	1
10	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Подача мяча.	1
11	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Подача мяча.	1
12	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Нападающий удар. Блокирование мяча.	1
13	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Нападающий удар. Блокирование мяча.	1
14	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Учебно-тренировочная игра.	1
15	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Учебно-тренировочная игра.	1
16	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Баскетбол: Ведение мяча правой и левой рукой.	1
17	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Ведение мяча правой и левой рукой. Броски мяча в кольцо.	1
18	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Броски мяча в кольцо.	1
19	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействия.	1
20	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Лыжная подготовка: Классические лыжные ходы.	1
21	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Классические лыжные ходы.	1
22	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Подъёмы и спуски с горы.	1
23	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Торможение на лыжах.	1
24	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Повороты на лыжах.	1
25	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Эстафеты на лыжах.	1
26	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Преодоление дистанции 3км.	1
27	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Баскетбол: Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействия.	1
28	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Овладение мячом и противодействия.	1
29	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Овладение мячом и противодействия.	1
30	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Отвлекающие приёмы.	1
31	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Футбол: Удары по мячу. Учебная игра.	1
32	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1
33	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Тактика нападения. Тактика защиты.	1

34	https://resh.edu.ru/subject/9/5/	Сдача тестов по ОФП.	1
----	---	----------------------	---

6 класс

1. ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- содействовать грамотному развитию, укреплению здоровья, закаливанию растущего организма;
- воспитывать нравственные и волевые качества, культуры поведения;
- обучать важнейшим двигательным умениям и навыкам;
- развивать у учащихся основы морально-волевых качеств, привитие устойчивого интереса к оздоровлению, подвижным играм, к физической культуре и спорту, воспитывать потребность вести здоровый образ жизни.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Содержание (разделы, темы)	Формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности
1	Лёгкая атлетика	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	Бег на короткие дистанции. Бег на время на дистанции 30. 60 м. Бег на время на дистанции 100 м. Бег по пересечённой местности.
2	Футбол	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	Ведение и обводка. Отбор мяча. Вбрасывание мяча. Удары по мячу. Игра вратаря. Свободная игра. Игра на счет.
3	Волейбол	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	Приём мяча. Передача мяча.

			<p>Подача мяча.</p> <p>Нападающий удар.</p> <p>Блокирование мяча.</p> <p>Учебно-тренировочная игра.</p>
4	Баскетбол	<p>Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая</p>	<p>Ведение мяча.</p> <p>Броски мяча в кольцо.</p> <p>Овладение мячом и противодействия.</p> <p>Отвлекающие приёмы.</p> <p>Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.</p> <p>Групповые тактические действия в нападении и защите.</p> <p>Командные тактические действия в нападении и защите.</p> <p>Двусторонняя игра.</p>
5	Лыжная подготовка		<p>Классические лыжные ходы.</p> <p>Коньковые лыжные ходы.</p> <p>Подъёмы и спуски с горы.</p> <p>Торможение на лыжах.</p> <p>Повороты на лыжах.</p> <p>Эстафеты на лыжах.</p>

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	ЭОР (ЦОР)	Темы	Количество часов
1	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Техника безопасности на занятиях. Планирование тренировок.	1
2	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Легкая атлетика: Бег на короткие дистанции.	1
3	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Стартовый разбег по сигналу и самостоятельно, на прямой и на повороте.	1
4	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Ускорения, бег по повороту, финиширование.	1
5	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Бег на время, дистанции 60 м., 100 м.	1
6	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Бег по пересечённой местности. С/и: футбол.	1
7	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Ведение и обводка. Отбор мяча.	1
8	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Перемещения и остановки. Ловля и передача мяча.	1
9	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Ловля и передача мяча. Учебная игра.	1
10	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Ведение мяча правой и левой рукой.	1
11	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Учебно-тренировочная игра.	
12	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Приём мяча. Передача мяча.	1
13	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Приём мяча. Передача мяча.	1
14	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Подача мяча.	1
15	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Подача мяча.	1
16	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Нападающий удар. Блокирование мяча.	1
17	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Нападающий удар. Блокирование мяча.	1
18	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Учебно-тренировочная игра.	1
19	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Учебно-тренировочная игра.	1
20	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Лыжная подготовка: подъёмы и спуски с горы.	1

21	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Подъёмы и спуски с горы.	1
22	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Торможение на лыжах.	1
23	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Торможение на лыжах.	1
24	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Повороты на лыжах.	1
25	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Эстафеты на лыжах.	1
26	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Преодоление дистанции 5 км.	1
27	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Ведение мяча правой и левой рукой. Броски мяча в кольцо.	1
28	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействия.	1
29	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Отвлекающие приёмы. Учебная игра	1
30	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Легкая атлетика: Бег на длинные дистанции.	1
31	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Бег по пересечённой местности.	1
32	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	Бег по пересечённой местности.	1
33	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	С/и: «Футбол». Бег на средние дистанции. Сдача тестов по ОФП.	1
34	https://resh.edu.ru/subject/9/6/	С/и: «Футбол». Бег на средние дистанции. Подведение итогов.	1

7 класс

1. ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- содействовать грамотному развитию, укреплению здоровья, закаливанию растущего организма;
- воспитывать нравственные и волевые качества, культуры поведения;
- обучать важнейшим двигательным умениям и навыкам;
- развивать у учащихся основы морально-волевых качеств, привитие устойчивого интереса к оздоровлению, подвижным играм, к физической культуре и спорту, воспитывать потребность вести здоровый образ жизни.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Содержание (разделы, темы)	Формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности
1	Лёгкая атлетика	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	Бег на короткие дистанции. Бег на время на дистанции 30. 60 м. Бег на время на дистанции 100 м. Бег по пересечённой местности.
2	Футбол	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	Ведение и обводка. Отбор мяча. Вбрасывание мяча. Удары по мячу. Игра вратаря. Свободная игра. Игра на счет.
3	Волейбол	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	Приём мяча. Передача мяча. Подача мяча. Нападающий удар. Блокирование мяча. Учебно-тренировочная игра.
4	Баскетбол	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	Ведение мяча. Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействия. Отвлекающие приёмы.

			<p>Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.</p> <p>Групповые тактические действия в нападении и защите.</p> <p>Командные тактические действия в нападении и защите.</p> <p>Двусторонняя игра.</p>
5	Лыжная подготовка		<p>Классические лыжные ходы.</p> <p>Коньковые лыжные ходы.</p> <p>Подъёмы и спуски с горы.</p> <p>Торможение на лыжах.</p> <p>Повороты на лыжах.</p> <p>Эстафеты на лыжах.</p>

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	ЭОР (ЦОР)	Темы	Количество часов
1	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Техника безопасности на занятиях. Планирование тренировок.	1
2	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Бег на короткие дистанции.	1
3	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Стартовый разбег по сигналу и самостоятельно, на прямой и на повороте.	1
4	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Ускорения, бег по повороту, финиширование.	1
5	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Бег на время, дистанции 30, 60 м.	1
6	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Футбол: Ведение и обводка.	1

7	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Отбор мяча.	1
8	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Баскетбол :Ведение и обводка. Отбор мяча.	1
9	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Отбор мяча. Вбрасывание мяча.	1
10	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Вбрасывание мяча. Игра вратаря.	1
11	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Перемещения и остановки. Учебная игра.	
12	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Ловля и передача мяча. Учебная игра.	1
13	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Перемещения и остановки. Ловля и передача мяча.	1
14	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Лыжная подготовка: Классические лыжные ходы.	1
15	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Подъёмы и спуски с горы.	1
16	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Торможение на лыжах.	1
17	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Повороты на лыжах.	1
18	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Эстафеты на лыжах.	1
19	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Нападающий удар. Блокирование мяча.	1
20	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Нападающий удар. Блокирование мяча.	1
21	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Учебно-тренировочная игра.	1
22	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Учебно-тренировочная игра.	1
23	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Ведение мяча правой и левой рукой.	1
24	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Ведение мяча правой и левой рукой. Броски мяча в кольцо.	1
25	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Броски мяча в кольцо.	1
26	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействия.	1

27	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Овладение мячом и противодействия.	1
28	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Овладение мячом и противодействия.	1
29	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Отвлекающие приёмы.	1
30	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Отвлекающие приёмы.	1
31	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	С/и: «Футбол». Бег на средние дистанции.	1
32	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Удары по мячу. Тренировочная игра.	1
33	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Удары по мячу. Тренировочная игра.	1
34	https://resh.edu.ru/subject/9/7/	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1

8-9 класс

1. ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- содействовать грамотному развитию, укреплению здоровья, закаливанию растущего организма;
- воспитывать нравственные и волевые качества, культуры поведения;
- обучать важнейшим двигательным умениям и навыкам;
- развивать у учащихся основы морально-волевых качеств, привитие устойчивого интереса к оздоровлению, подвижным играм, к физической культуре и спорту, воспитывать потребность вести здоровый образ жизни.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Содержание (разделы, темы)	Формы организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности
1	Лёгкая атлетика	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	Бег на короткие дистанции.

			<p>Бег на время на дистанции 30. 60 м.</p> <p>Бег на время на дистанции 100 м.</p> <p>Бег по пересечённой местности.</p>
2	Футбол	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	<p>Ведение и обводка.</p> <p>Отбор мяча.</p> <p>Вбрасывание мяча.</p> <p>Удары по мячу.</p> <p>Игра вратаря.</p> <p>Свободная игра. Игра на счет.</p>
3	Волейбол	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	<p>Приём мяча. Передача мяча.</p> <p>Подача мяча.</p> <p>Нападающий удар.</p> <p>Блокирование мяча.</p> <p>Учебно-тренировочная игра.</p>
4	Баскетбол	Индивидуальная, фронтальная, парная, групповая	<p>Ведение мяча.</p> <p>Броски мяча в кольцо.</p> <p>Овладение мячом и противодействия.</p> <p>Отвлекающие приёмы.</p> <p>Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.</p> <p>Групповые тактические действия в нападении и защите.</p>

			Командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя игра.
5	Лыжная подготовка		Классические лыжные ходы. Коньковые лыжные ходы. Подъёмы и спуски с горы. Торможение на лыжах. Повороты на лыжах. Эстафеты на лыжах.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	ЭОР (ЦОР)	Темы	Количество часов
1	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Техника безопасности на занятиях. Планирование тренировок.	1
2	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Бег на короткие дистанции.	1
3	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Стартовый разбег по сигналу и самостоятельно, на прямой и на повороте.	1
4	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Ускорения, бег по повороту, финиширование.	1
5	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Бег на время, дистанции 30, 60 , 100м	1
6	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Футбол: Ведение и обводка.	1
7	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Отбор мяча.	1
8	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Ведение и обводка. Отбор мяча.	1

9	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Отбор мяча. Вбрасывание мяча.	1
10	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Вбрасывание мяча. Игра вратаря.	1
11	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Баскетбол: Перемещения и остановки. Учебная игра.	
12	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Ловля и передача мяча. Учебная игра.	1
13	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Перемещения и остановки. Ловля и передача мяча.	1
14	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Лыжная подготовка: Классические лыжные ходы.	1
15	https://resh.edu.ru/subject/9/8/	Подъёмы и спуски с горы.	1
16	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Торможение на лыжах.	1
17	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Повороты на лыжах.	1
18	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Эстафеты на лыжах.	1
19	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Нападающий удар. Блокирование мяча.	1
20	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Нападающий удар. Блокирование мяча.	1
21	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Учебно-тренировочная игра.	1
22	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Учебно-тренировочная игра.	1
23	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Ведение мяча правой и левой рукой.	1
24	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Ведение мяча правой и левой рукой. Броски мяча в кольцо.	1
25	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Броски мяча в кольцо.	1
26	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Броски мяча в кольцо. Овладение мячом и противодействия.	1
27	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Овладение мячом и противодействия.	1
28	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Овладение мячом и противодействия.	1

29	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Отвлекающие приёмы.	1
30	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Отвлекающие приёмы.	1
31	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	С/и: «Футбол». Бег на средние дистанции.	1
32	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Удары по мячу. Тренировочная игра.	1
33	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Удары по мячу. Тренировочная игра.	1
34	https://resh.edu.ru/subject/9/9/	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1