

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
специальная общеобразовательная школа-интернат**

Согласовано:
зам. директора по ВР
Зорина О. В.


«31» августа 2021г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ СОШИ
Щулькина С. Н.


«01» сентября 2021г.



**Календарно – тематическое планирование
по спортивно – оздоровительному направлению
внеурочной деятельности
«Будь здоров»
для обучающихся 5-6 класса (I вариант)**

Составитель:
Гребенкин А. А.

г. Кизел, 2021

5 класс

№ п/п	Тема	Дата занятий
1	Вводное занятие	02.09
2	Народные игры	09.09
3	Полезные привычки	16.09
4	Играя, подружись с бегом	23.09
5	Час здоровья	30.09
6	Кто сильнее?	07.10
7	Поговорим о правилах этикета	14.10
8	Праздники	21.10
9	Вредные привычки	11.11
10	Народные игры	18.11
11	Полезные привычки	25.11
12	Мой веселый звонкий мяч!	02.12
13	Лечебная физкультура	09.12
14	Сюжетные игры	16.12
15	Правила безопасного поведения зимой	23.12
16	Зимние забавы	13.01
17	Зимние забавы	20.01
18	Сюжетные игры	27.01
19	Спортивный праздник	03.02
20	Игры на развитие психических процессов	10.02

21	Вредные привычки	17.02
22	Пальчиковые игры	24.02
23	Помоги себе сам	03.03
24	Праздники	10.03
25	Лечебная физкультура	17.03
26	Вредные привычки	24.03
27	Сюжетные игры	07.04
28	Лечебная физкультура	14.04
29	«Мои зубки»	21.04
30	Лечебная физкультура	28.04
31	Игры с прыжками	05.05
32	Лечебная физкультура	12.05
33	Играя, подружись с бегом	19.05
34	Итоговое занятие	26.05

6 класс

П/п	Тема занятий	Дата занятий
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом. История возникновения игры. Передвижения, остановки, повороты и стойки баскетболиста.	06.09
2	Передвижения, остановки, повороты и стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте.	13.09
3	Ловля и передача мяча (разными способами) на месте и в движении. Учебная игра по упрощенным правилам.	20.09

4	Ловля и передача мяча (разными способами) на месте и в движении. Вырывание, выбивание.	27.09
5	Ведение мяча на месте, по прямой, с изменением направления движения и скорости.	04.10
6	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Баскетбол игра по правилам. Ведение мяча на месте, по прямой, с изменением направления движения и скорости.	11.10
7	Броски мяча разными способами, на месте, в движении. Вырывание, выбивание. Учебная игра по упрощенным правилам.	18.10
8	Броски мяча разными способами, на месте, в движении. Учебная игра по упрощенным правилам. Правила игры. Жесты судьи.	08.11
9	Вырывание, выбивание. Учебная игра по упрощенным правилам.	15.11
10	Ловля и передача мяча (разными способами) на месте и в движении. Вырывание, выбивание.	22.11
11	Броски мяча разными способами. Тактика и техника игры в баскетбол. Контрольные игры и соревнования.	29.11
12	Тактика и техника игры в баскетбол. Контрольные игры и соревнования.	06.12
13	Тактика и техника игры в баскетбол. Контрольные игры и соревнования.	13.12
14	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения и развития спортивной игры волейбол. Перемещения и стойки волейболиста.	20.12
15	Перемещения и стойки волейболиста.	27.12
16	Прием и передача мяча сверху двумя руками на месте, после перемещения. Игра по упрощенным правилам.	10.01
17	Прием и передача мяча сверху двумя руками на месте, после перемещения.	17.01

18	Технические действия и тактика игры. Правила игры в волейбол, жесты судьи. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Игра по упрощенным правилам.	24.01
19	Прием и передача мяча снизу двумя руками. Командные действия. Расположение игроков при приеме	31.01
20	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование. Нападающий удар. Игра по упрощенным правилам.	07.02
21	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование. Нападающий удар.	14.02
22	Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, поддача сверху. Командные действия. Расположение игроков при приеме.	21.02
23	Поддача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, поддача сверху. Командные действия. Расположение игроков при приеме.	28.02
24	Тактика игры. Контрольные игры и соревнования.	05.03
25	Тактика игры. Контрольные игры и соревнования.	14.03
26	Тактика игры. Контрольные игры и соревнования.	21.03
27	Подвижные игры	04.04
28	Подвижные игры	11.04
29	Подвижные игры	18.04
30	Подвижные игры	25.04
31	Игры с прыжками	16.05
32	Лечебная физкультура	23.05