


Утверждаю  
Директор КГУ  
«Общеобразовательная школа  
села Сандыктау»  
 Абдуова Е.К.

**Календарно-тематическое планирование секции  
«Ганбол»  
КГУ «Общеобразовательная школа села Сандыктау»  
2023-2024 учебный год**

Руководитель:  Бостанкаев Ж.С.

# УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## Гандбол

№	Наименование разделов и тем	Дата	Часы
1	Гандбол - цели и задачи. Техника безопасности. Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку, разновидность бега. ОРУ, подвижные игры. Контрольные испытания.		1
2	Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку, разновидность прыжков. ОРУ, стойка гандболиста. Специально беговые упражнения, подвижные игры.		1
3	Стойка игрока. Бег с изменением направления, передвижение. ОРУ Мини-гандбол.		1
4	Медленный бег, разновидность бега. ОРУ в парах, Уход от защитника. Применение передачи при встречном движении партнёров.		1
5	Разновидность прыжков. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры, эстафеты с элементами гандбола.		1
6	Упр. на осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, гандбол.		1
7	Медленный бег, разновидность бега. Мини-гандбол. Применение передачи при движении в одном направлении.		1
8	Упр. на осанку, передача в парах ОРУ. Специально прыжковые упражнения. Мини-гандбол.		1
9	Медленный бег, разновидность бега. ОРУ в парах, маховые движения рук.		1
10	Медленный бег, разновидность бега. ОРУ. Толчок с двух ног с места, в движении, подвижные игры, эстафеты с элементами гандбола.		1
11	Прыжок с двух ног с места, с 3-х, 6-и беговых шагов. Элементы спортивных игр, подвижные игры.		1
12	Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска, подвижные игры.		1
13	Состояние и развитие гандбола в России.		1
14	Упражнения для развития общей выносливости. Упражнения для рук и плечевого пояса.		1
15	Прыжок с двух ног с места, с 3-х, 6-и беговых шагов. Элементы спортивных игр, подвижные игры.		1
16	Медленный бег, разновидность бега. ОРУ Упражнения для всех групп мышц. Упражнения для развития силы.		1
17	Упражнения для развития общей выносливости. Упражнения для ног, подвижные игры, эстафеты с элементами гандбола.		1
18	Упр. на осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения. Мини-гандбол.		1



19	Упражнения для развития игровой ловкости. Мини-гандбол.		1
20	Ловля мяча двумя руками на месте. Бросок мяча правой и левой рукой сверху в опорном положении. ОРУ.		1
21	Упр. на осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения. Мини-гандбол.		1
22	Ловля двумя руками в прыжке. Бросок мяча правой и левой рукой сверху в прыжке. Мини-гандбол.		1
23	Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку, разновидность прыжков. ОРУ, передачи мяча. Специально беговые упражнения. Действия двух нападающих против одного защитника.		1
24	Повороты, разновидность ходьбы, упр. на осанку, стойка волейболиста, передвижение. ОРУ. Пионербол.		1
25	Медленный бег, разновидность бега ОРУ в парах, передвижения, верхняя передача мяча.		1
26	Тактика вратаря. Выбор позиции в воротах. Задержание мяча с отраженного отскока.		1
27	Упр. на осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения. Мини-гандбол.		1
28	Медленный бег, разновидность бега.		1
29	Медленный бег, разновидность бега. ОРУ. Толчок с двух ног с места, в движении, подвижные игры. Соревнования по гандболу.		1
30	Разновидность прыжков. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами гандбола.		1
31	Упр. на осанку, бег, метания. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, гандбол.		1
32	Медленный бег, разновидность бега. Гандбол.		1
33	Разновидность прыжков. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами гандбола.		1
34	Разновидность прыжков. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами гандбола. Контрольные испытания.		1
Итого: 34			34