МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ростовской области

Районный отдел образования Администрации Пролетарского района Ростовской области

МБОУ Наумовская ООШ

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Руководитель ШМО ЕМЦ	руководитель ШМС, заместитель директора по УВР	Директор школы
_____	_____	_____
Соколова Н.Ф. Протокол №1 от «27» августа 2026 г.	Соколова Н.Ф.	Бибиков В.В.. Приказ №90 от «28» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(ID 11658910)

Кружок " Спортивные игры"

для обучающихся 5-6-7 классов

х. Наумовский 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по кружку «Спортивные игры» для 5-7 классов составлена в соответствии с: На основе авторской программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2008 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации;

На современном этапе общественного развития главное значение имеет формирование физически здоровой, социально активной, развитой личности. Основы становления полноценной личности закладываются с самого раннего детства при совместных усилиях школы и семьи.

Программа по кружку направленная на «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. 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 обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры. В основу программы для учащихся 5-7 классов положены программа физического воспитания для учащихся средней школы, а также программа физического воспитания с игровой направленностью.

Цели программы:

– обучение подвижным играм различной направленности и элементам спортивных игр (волейбол, баскетбол, лапта), формирование двигательной активности обучающихся 5 класса.

-содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи:

Обучающие:

- приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;
-обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
-привитие необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены.

Развивающие:

-развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
-гармоничное развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
-повышение физической и умственной работоспособности школьника;
Воспитывающие:
-формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за своё здоровье;
-привитие учащимся интереса и любви к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности.
-воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности

Объем программы: На реализацию программы отводится 1час в неделю, программа рассчитана на 34 часов (34 учебных недель).

Основные формы работы на занятии: коллективная и групповая. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Теоретическая часть занятий максимально компактна и включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания. На теоретических занятиях обучающимся сообщаются основные сведения о названиях, правилах проведения, организации, и технике безопасности на занятиях подвижными играми, понятие о правильной осанке, рациональном дыхании, режиме дня и личной гигиене.

На практических занятиях обучающиеся овладевают двигательными умениями и навыками, тактикой подвижных игр и эстафет различной направленности. Содержание курса, объединенного в блоки, предусматривает не только усвоение теоретических знаний, но формирование практического опыта. Практические задания стимулируют активность, творчество, саморазвитие, самосовершенствование обучающихся.

II. Содержание программы внеурочной деятельности

Мини-футбол (5ч.) Техника безопасности на занятиях по мини-футболу. Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Упражнения с мячом. Эстафеты с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов. Стойки и перемещения. Игра: «Точная передача», «Попади в ворота». Игра по упрощённым правилам мини-футбола.

Подвижные игры (5ч.) Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты. Эстафета с переноской предметов. «Перетягивание каната». Игра «Запрещённое движение». Игра «Вышибалы». «Третий лишний». Весёлые старты. Разучивание игр «Гонка мячей по кругу», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.

Пионербол (5ч.) Техника безопасности на занятиях по подвижным играм, пионерболу. Игра с прыжками Попрыгунчики-воробушки Спортивная игра Пионербол. Игры «Рыбы и рыбаки», Колдуны, «Коты и мыши», Вызов номеров Спортивная игра Пионербол.

«Подвижная цель», «Передал – садись» Спортивная игра Пионербол. Эстафета с мячами, скакалками

Волейбол (8ч.) Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основная стойка. Правила игры. Эстафеты с мячом. Техника приёма мяча в парах. Передачи и приём мяча после передвижений. Передача мяча сверху двумя руками. Техника владения мячом: нижняя прямая подача. Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача. Игра по упрощённым правилам волейбола.

Настольный теннис (4ч.) Техника безопасности на занятиях по настольному теннису. Игровые правила. Отработка игровых приёмов: партия состоит из розыгрышей, каждый из которых начинается с подачи; первый подающий обычно определяется жребием; далее подающие чередуются каждые две подачи; по современным правилам партия идет до 11 очков; во время игры если мяч зацепил сетку и переместился на другую половину, то игра продолжается. Игра по упрощённым правилам тенниса.

Баскетбол (7ч.) Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основные правила игры. Техника передвижений. Стойки и перемещения баскетболиста. Перемещение в стойке приставными шагами. Повороты без мяча и с мячом. Остановка двумя шагами, повороты и ловля мяча. Передача мяча в движении. Правила судейства. Ведение мяча на месте, по прямой, по дугам, зигзагом. Бросок и ловля мяча, бросок в корзину от плеча с места. Штрафной бросок.

III. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности.

Результатами являются:

организация отдыха и досуга средствами физической культуры;

- бережное обращение с оборудованием и инвентарем. представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

К концу учебного года дети должны знать и уметь:

В процессе реализации программы дети смогут активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации сами регулировать степень мышечного напряжения и внимания, приспособиться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

Учащиеся научатся составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки; организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры; уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий; выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость). Научатся проявлять смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию; владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём; применять игровые навыки в жизненных ситуациях. Дети узнают историю возникновения русских народных игр; правила проведения игр, эстафет и праздников; основные факторы, влияющие на здоровье человека. Узнают об основах правильного питания, об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур; о профилактике нарушения осанки; о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

IV. Календарно-тематическое планирование.

Учебно - тематический план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов
1.	**ТБ**	В процессе уроков
2.	**Мини-футбол**	**5**
3.	**Подвижные игры**	**3**
4.	**Пионербол**	**3**
5.	**Волейбол**	**8**

6	**Настольный теннис**	**8**
7	**Баскетбол**	**7**
Всего		**34**

календарно-тематическом планировании

№ п/п	Наименование раздела	Наименование темы	Кол-во часов	Дата	Электронно (цифровые) образовательные ресурсы
1	**Подвижные игры (3 часа)**	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Подвижные игры. Спортивные игры. Эстафеты.	1	3.09	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/1247/
2		Русские народные игры. Эстафета с переноской предметов. «Перетягивание каната».	1	10.09	
3		Подвижные игры. Игры «Гонка мячей по кругу», «Тридцать три». Эстафета с мячами, скакалками.	1	17.09	
4	**Настольный теннис (8 часов)**	Техника безопасности на занятиях по настольному теннису. Игровые	1	24.09	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/1133/

		правила.			
5		Отработка игровых приёмов. Игра по упрощённым правилам.	1	1.10	
6		Отработка игровых приёмов. Игра по упрощённым правилам.	1	8.10	
7		Отработка игровых приёмов. Игра по упрощённым правилам.	1	15.10	
8		Отработка игровых приёмов: далее подающие чередуются каждые две подачи. Игра по упрощённым правилам.	1	22.10	
9		Отработка игровых приёмов. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1	5.11	
10		Отработка игровых приёмов. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1	12.11	

11		Игровые правила. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1	19.11	
12	**Мини-футбол (5 часов)**	Техника безопасности на занятиях по мини-футболу. Стойки игрока. Упражнения с мячом.	1	26.11	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7158/main/262291/
13		Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места	1	3.12	
14		Упражнения с мячом. Стойки и перемещения.	1	10.12	
15		Упражнения с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Игра	1	17.12	
16		Упражнения с мячом. Игра футбол.	1	24.12	
17	**Баскетбол (8 часов)**	Техника безопасности на	1	14.01	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/main/309286/

		занятиях по баскетболу. Основные правила игры.			
18		Основные правила игры. Техника передвижений.	1	21.01	
19		Стойки и перемещения баскетболиста. Игра.	1	28.01	
20		Стойки и перемещения баскетболиста.	1	4.02	
21		Повороты без мяча и с мячом. Игра баскетбол.	1	11.02	
22		Передача мяча в движении.	1	18.02	
23		Ведение мяча на месте, по прямой, по дугам, зигзагом.	1	25.02	
24		Бросок и ловля мяча, бросок в корзину от плеча с места.	1	4.03	
25	**Пионербол (3 часа)**	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм,	1	11.03	Знание.ру https://znanio.ru/media/videourok-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-pionerbol-s-elementami-volejbola-6-klass-2613326

		пионерболу. Игра с прыжками.			
26		Спортивная игра «Пионербол».	1	18.03	
27		Эстафета с мячами, скакалками. Игра «Пионербол».	1	25.03	
28	**Волейбол (7 часов)**	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основные правила игры.	1	8.04	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/1303/
29		Основная стойка. Основные правила игры.	1	15.04	
30		Правила игры. Эстафеты с мячом. Техника приёма мяча в парах.	1	22.04	
31		Техника приёма мяча в парах. Передачи и приём мяча после передвижений.	1	29.04	
32		Правила игры. Передачи и приём мяча после	1	6.05	

		передвижений. Игра			
33		Передача мяча сверху двумя руками.	1	13.05	
34		Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача.	1	20.05	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 187598946305064097190711460653033521119524544001

Владелец Бибиков Владимир Владимирович

Действителен С 10.09.2026 по 10.09.2027