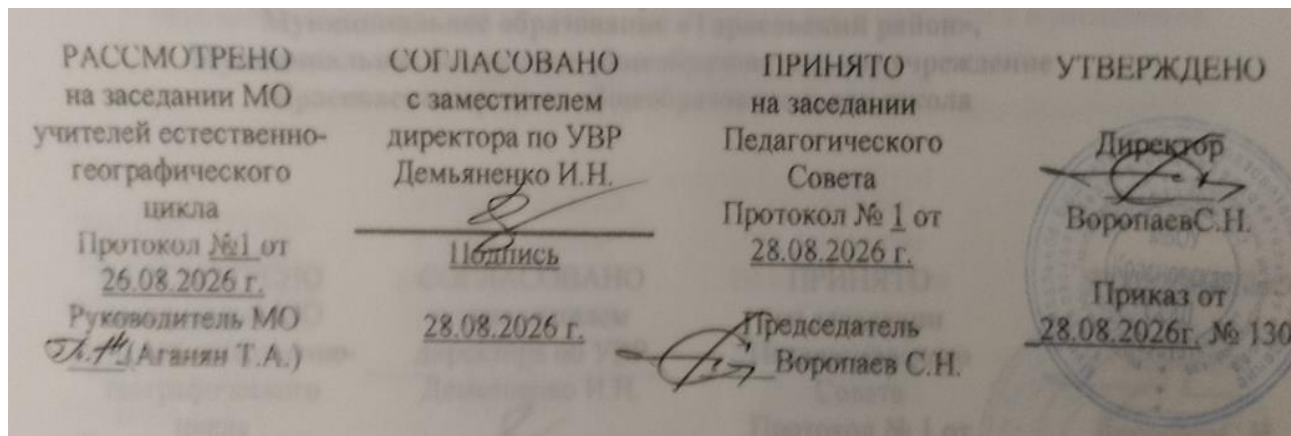


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство общего и профессионального образования Ростовской области,
Муниципальное образование «Тарасовский район»,
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Красновская средняя общеобразовательная школа



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

для обучающихся 5-7 классов

Уровень общего образования: основное общее

Количество часов: 2

Учитель: Литвинов Р.П.

Квалификационная категория: высшая

х. Верхний Митякин, 2026-2027 учебный год
Пояснительная записка

Настоящая программа подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования в спортивно-оздоровительном направлении внеурочной деятельности, а также с учетом:

- Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12. 2012 № 273-ФЗ);
- областного закона от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области».
- федеральной рабочей программы воспитания, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 23.11.2022 г. № 1014 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования»
- федеральной учебной программой по физической культуре для 5-9 классов образовательной организации

Цель курса: укрепление здоровья, физического развития и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи:

- Популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха.
- Формирование устойчивого интереса к занятиям спортивными играми.
- Обучение технике и тактике спортивных игр.

На изучение курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» в 5-7 классах отводится - 68 ч (2 часа в неделю). Согласно учебному плану МБОУ Красновской СОШ, годовому календарному учебному графику Красновской СОШ, на изучение курса внеурочной деятельности спланировано в 5-7 классах(группа 1) - 35ч., в 5-6 классах(группа 2) - 34ч.

Содержание курса внеурочной деятельности

1. Баскетбол

1. История волейбола. Основные правила игры в волейбол. Стойки игрока.
2. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.
3. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение).
4. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений.
5. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте.
6. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.
7. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.
8. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.
9. Броски мяча одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли)
10. Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки»)
11. Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки»)

2. Волейбол.

1. Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Стойки игрока.
2. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.
3. Ускорения, старты из различных положений.
4. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты).
5. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.
6. Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.
7. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой через сетку.
8. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.
9. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки.
10. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи.
11. Подвижные игры с элементами волейбола («Волна», «Неудобный бросок»)
12. Подвижные игры с элементами волейбола («Волна», «Неудобный бросок»)

3. Футбол

1. Утренняя физическая зарядка. Пред-матчевая разминка. Что запрещено при игре в футбол.
2. Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед.
3. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
4. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов.
5. Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу.
6. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.
7. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Передачи мяча в парах.
8. Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас).
9. Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка.
10. Подвижные игры на основе футбола («Точная передача», «Попади в ворота»)
11. Подвижные игры на основе футбола («Точная передача», «Попади в ворота»)

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

В сфере личностных универсальных учебных действий будет формироваться:

- установка на здоровый образ жизни;
- основы своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как представителя народа в процессе знакомства с русскими народными танцами, играми;
- ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;
- знание основных моральных норм на занятиях фитнесом и ориентации на их выполнение;
- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

Метапредметные универсальные учебные действия (УУД):

В сфере познавательных универсальных учебных действий будут являться умения:

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», характеризовать значение занятий по оздоровлению
- ориентироваться в видах волейболе, баскетболе, общей физической подготовке;
- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
- осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни, баскетболе и волейболе.

В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут являться умения:

- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми с спортивным инвентарём сопровождением в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;
- организовывать и проводить игры на переменах, утреннюю зарядку с музыкальным сопровождением;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам;
- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;

- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;
- задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

Осуществление контроля реализацией программы включает в себя:

- соревнования по волейболу и баскетболу;
- зачётное проведение динамических пауз в классах с одноклассниками и первоклассниками;
- защиту игровых программ и проведение их на переменах и в группах продлённого дня;
- заполнение в портфолио тестирования показателей физического здоровья и физической подготовленности.

Формы и методы, используемые при организации занятий:

- викторины;
- игровые занятия;
- практическое занятие
- лекция, беседа;
- эстафеты;
- конкурсы;
- выполнение заданий соревновательного характера;
- оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ);
- результативность участия в конкурсных программах и др.

Тематическое планирование
Группа 1 (5-7 классы)

№	Название раздела	Количество часов
1	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	11
2	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	12
3	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	12
	Итого:	35ч

Группа 2 (5-6 классы)

№	Название раздела	Количество часов
1	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	11
2	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	12
3	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	11
	Итого:	34ч

Поурочное планирование
Группа 1 (5-7 классы)

№	Раздел (количество часов) Тема урока	Количество часов, отводимых на изучение темы	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы)	Дата проведения урока	Корректировка даты (в случае необходимости)
Баскетбол 11 часов						
1	История баскетбола. Основные правила игры в волейбол. Стойки игрока.	1	беседа, практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	02.09.26	
2	Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	09.09.26	
3	Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение).	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	16.09.26	
4	Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	23.09.26	
5	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	30.09.26	
6	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	07.10.26	
7	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	14.10.26	
8	Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	21.10.26	
9	Броски мяча одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли)		практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	11.11.26	

10	Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки»)		игра	http://school-collection.edu.ru	18.11.26	
11	Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки»)		игра	http://school-collection.edu.ru	25.11.26	
Волейбол 12 часов						
12	Основные линии разметки спортивного зала. Положительные и отрицательные черты характера. Стойки игрока.	1	беседа, практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	02.12.26	
13	Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	09.12.26	
14	Ускорения, старты из различных положений.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	16.12.26	
15	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты).	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	23.12.26	
16	Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	30.12.26	
17	Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	13.01.27	
18	Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой через сетку.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	20.01.27	
19	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.	1	игра	http://school-collection.edu.ru	27.01.27	
20	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	03.02.27	
21	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	10.02.27	
22	Подвижные игры с элементами волейбола («Волна», «Неудобный бросок»)	1	игра	http://school-collection.edu.ru	17.02.27	
23	Подвижные игры с элементами волейбола («Волна», «Неудобный бросок»)	1	игра	http://school-collection.edu.ru	24.02.27	

Футбол 12 часов

24	Утренняя физическая зарядка. Пред-матчевая разминка. Что запрещено при игре в футбол. Стойки игрока.	1	беседа, практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	03.03.27	
25	Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	10.03.27	
26	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	17.03.27	
27	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	24.03.27	
28	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	07.04.27	
29	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	14.04.27	
30	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Передачи мяча в парах.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	21.04.27	
31	Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас).	1	игра	http://school-collection.edu.ru	28.04.27	
32	Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	05.05.27	
33	Подвижные игры на основе футбола («Точная передача», «Попади в ворота»)	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	12.05.27	
34	Подвижные игры на основе футбола	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	19.05.27	
35	Подвижные игры на основе футбола	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	26.05.27	
	ИТОГО	35ч.				

Группа 2 (5-6 классы)

№	Раздел (количество часов) Тема урока	Количество часов, отводимых на изучение темы	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы)	Дата проведения урока	Корректировка даты (в случае необходимости)
Баскетбол 11 часов						
1	Приёмы силовой подготовки. Основные способы регулирования физической нагрузки. Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком.	1	беседа, практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	03.09.26	
2	Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	10.09.26	
3	Остановка двумя руками и прыжком.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	17.09.26	
4	Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	24.09.26	
5	Ловля и передача мяча двумя руками от груди.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	01.10.26	
6	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	08.10.26	
7	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	15.10.26	
8	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	22.10.26	

9	Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди».	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	05.11.26	
10	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	12.11.26	
11	Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания.	1	игра	http://school-collection.edu.ru	19.11.26	

Волейбол 12 часов

12	Основные линии разметки спортивного зала. Закрепление техники передачи	1	беседа, практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	26.11.26	
13	Передачи мяча двумя руками на месте и после перемещения.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	03.12.26	
14	Передачи двумя руками в парах, тройках. Передачи мяча над собой, через сетку.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	10.12.26	
15	Индивидуальные тактические действия в защите.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	17.12.26	
16	Верхняя прямая подача (с расстояния 3-6 метров от сетки, через сетку).	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	24.12.26	
17	Прием мяча. Прием подачи.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	14.01.27	
18	Закрепление техники приема мяча с подачи	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	21.01.27	
19	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	28.01.27	
20	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	04.02.27	
21	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	11.02.27	
22	Подвижные игры, эстафеты с мячом.	1	игра	http://school-collection.edu.ru	18.02.27	
23	Перемещение на площадке. Игры и игровые задания. Учебная игра.	1	Игра	http://school-collection.edu.ru	25.02.27	

Футбол 11 часов

24	Утренняя физическая зарядка. Пред-матчевая разминка. Что запрещено при игре в футбол.	1	беседа, практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	04.03.27	
25	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	11.03.27	
26	Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	18.03.27	
27	Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	25.03.27	
28	Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	08.04.27	
29	Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас).	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	15.04.27	
30	Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	22.04.27	
31	Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	29.04.27	
32	Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	06.05.27	
33	Игра в мини-футбол.	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	13.05.27	
34	Игра в мини-футбол	1	практическое занятие	http://school-collection.edu.ru	20.05.27	
	Итого	34ч				

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ
ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА
МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Физическая культура, 5-9 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество
«Издательство «Просвещение».

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

<http://www.edu.ru>

<https://resh.edu.ru/subject/9/> <https://uchi.ru>

https://edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm Физическая культура

<https://www.gto.ru>