ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: grushevskaya.obrsudak.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
Чепухина Людмила Дмитриевна
Действителен с: с 15.12.2025, 11:31
Действителен до: до 10.03.2027, 11:31
Ключ подписи: 1AC0258C2F098E8195F53045739DC839

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Грушевская средняя общеобразовательная школа им.А.В.Удовенко» города Судака
Республики Крым

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на педагогическом совете	Заместитель директора по УВР	Директор
протокол от 28.08.2026 г.	_____	Чепухина Л.Д.
№1	Лепилкина Ю.П.	Приказ от 28.08.2026 г.
	28.08.2026 г.	№ 149

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»

для обучающихся 7 классов

2026

Цели программы

– обучение спортивным играм различной направленности (волейбол, баскетбол, настольный теннис, футбол, пионербол), 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.

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

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 (6ч.)

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.

Пионербол ( )

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 (14ч)

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 ( )

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 (14ч.)

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 изучения курса «спортивные игры» 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.

Тематическое планирование

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов
1.	**ТБ в спортивном зале**	В процессе уроков
2.	**БАСКЕТБОЛ**	**14**
3.	**ВОЛЕЙБОЛ**	**14**
4.	**ФУТБОЛ**	**6**
	ВСЕГО	**34**