МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ростовской области

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Верхнеталовская средняя общеобразовательная школа имени заслуженного учителя школы Российской Федерации Хлопонина Н.А.

МБОУ Верхнеталовская СОШ

РАССМОТРЕНА	СОГЛАСОВАНА	УТВЕРЖДЕНА
на заседании методического	педагогическим советом	директор МБОУ
объединения	МБОУ Верхнеталовской СОШ	Верхнеталовская СОШ
Руководитель ШМО	_____	_____ /Голоднов В.В./
_____ /Голоднова Н.Н./	председатель ПС /Голоднов В.В./	Приказ №130 от 28.08.26г.
Протокол №2 от 27.08.2026г.	протокол №1 от 28.08.2026г.	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности в рамках реализации ФГОС спортивно – оздоровительного направления «Спортивные игры»

Уровень образования, класс: основное общее 5 класс (ФГОС)

Количество часов: 1 час в неделю

Учитель: Владыченко Ю.Н.

Программа разработана на 2026 – 2027 учебный год.

Программа разработана на основе рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура 5-9 класс», ФГОС М. Просвещение 2021г.

х. Верхнеталовка 2026г.

Пояснительная записка

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных *направлений внеурочной деятельности* выделено спортивно - оздоровительное направление.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса.

Материал программы предполагает изучение основ спортивных игр: легкая атлетика, футбол, баскетбол, пионербол, волейбол, настольный теннис и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка. Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

Предлагаемая программа по внеурочной деятельности «Спортивные игры» содержит:

- пояснительную записку, состоящую из введения, цели и задач программы;

- описание особенностей реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий;

- планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности;

-требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности;

- способы проверки результатов;
- материально-техническое обеспечение;

- тематическое планирование, состоящее из учебно-тематического плана и содержания программы по годам обучения;

- список литературы.

В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
1.Самоопределение 2.Смысло-образование	1.Соотнесение известного и неизвестного 2.Планирование 3.Оценка 4.Способность к волевому усилию	1.Формулирование цели 2.Выделение необходимой информации 3.Структурирование 4.Выбор эффективных способов решения учебной задачи 5.Рефлексия 6.Анализ и синтез 7.Сравнение 8.Классификации 9.Действия постановки и решения проблемы	1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами 2.Постановка вопросов 3.Разрешение конфликтов

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Календарно-тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Кол-во часов	Дата проведения	ТЕМА	УУД (личностные, познавательные, коммуникативные, регулятивные
Подвижные игры с элементами легкой атлетики 9 часов				
1	1	3.09.2026г.	Способы передвижения человека. Бег 30 м. Бег до 3 мин. П/И	Соблюдать правила ТБ. Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. Бегать с максимальной скоростью 30м. Уметь правильно подбирать одежду и обувь Проявлять качества силы, быстроты, выносливости. Уметь демонстрировать различные виды ходьбы. Выявлять характерные ошибки в ходьбе и беге. Правильно выполнять основные движения в метании. Выявлять характерные ошибки в технике метания.
2	1	10.09.2026г	Челночный бег 3х10м. Развитие скоростных способностей. П/И.	
3	1	17.09.2026г	Эстафеты. Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. П/И.	
4-5	2	24.09.2026г 1.10.2026г	Прыжки через скакалку. Прыжок в длину с места. Эстафеты	
6-7	2	8.10.2026г 15.10.2026г	Метание малого мяча на дальность. Эстафеты с бегом и прыжками. Развитие скоростно-силовых качеств. П/И	
8-9	2	22.10.2026г 5.11.2026г	Метание малого мяча в вертикальную цель. Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжки через скакалку. П/И	

Подвижные игры с элементами волейбола – 8 часов				
10	1	12.11.2026г	«Волейбол сегодня». Игра «Гонка мячей»	Соблюдать правила ТБ. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при передаче и перекатах мяча Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах. Осваивать технику приема мяча снизу, сверху. Иметь представление о ФУ, их отличие от естественных движений;
11	1	19.11.2026г	Эстафеты с элементами ловли и передачи волейбольного мяча.	
12-13	2	26.11.2026г 3.12.2026г	Игра «Гонка мячей», Броски волейбольного мяча в цель. Перестрелка.	
14-15	2	10.12.2026г 17.12.2026г	Игра «Мяч капитану», Игра «Гонка мячей». Ловля и передача мяча со сменой мест. Перестрелка.	
16-17	2	24.12.2026г 14.01.2027г	Эстафеты с элементами ловли и передачи волейбольного мяча. Ловля и передача мяча со сменой мест.	
Подвижные игры с элементами баскетбола – 10 часов				
18	1	21.01.2027г	История развития баскетбола в России. Игра с мячом «Охотники и утки», «Мяч капитану».	Соблюдать правила ТБ. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при передаче и перекатах мяча
19-20	2	28.01.2027г 4.02.2027г.	Эстафеты с баскетбольным мячом.	

21-22	2	11.02.2027г 18.02.2027г	Эстафеты с элементами ловли и передачи мяча. Игра «Попади в корзину».	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах. Осваивать технику бросков мяча снизу. Иметь представление о ФУ, их отличие от естественных движений; Проявлять качество силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений с мячом. Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе игр; Осваивать технические действия в спортивных играх. Соблюдать дисциплину.
23-24	2	25.02.2027г 4.03.2027г.	Броски баскетбольного мяча в цель. Игра «Гонка мячей». Игра «Футбол»	
25-26	2	11.03.2027г 18.03.2027г	Учебная игра в баскетбол	
27	1	25.03.2027г	Учебная игра в баскетбол	
Подвижные игры с элементами футбола – 5 часов				
28	1	8.04.2027г	Лучшие футболисты страны и мира. Игра «Передачи мяча», «Собачки ногами». Игра «Футбол»	Соблюдать правила ТБ. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Уметь владеть мячом Соблюдать дисциплину Иметь представление ОФП
29	1	15.04.2027г	Игра «Футбол»	
30	1	22.04.2027г	Игра «Футбол»	
31	1	29.04.2027г	Игра «Футбол»	

32	1	6.05.2027г	Игра «Футбол»	
Подвижные игры с элементами легкой атлетики 2 часов				
33	1	13.05.2027г	Основные физические качества. Способы передвижения человека. Сочетание различных видов ходьбы. Прыжки через скакалку. Прыжок в длину с места. Эстафеты	Соблюдать правила ТБ. Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости. Уметь демонстрировать различные виды ходьбы. Правильно выполнять основные движения в метании. Выявлять характерные ошибки в технике метания.
34	1	20.05.2027г	Способы передвижения человека. Сочетание различных видов ходьбы. Метание малого мяча на дальность. Эстафеты с бегом и прыжками. Развитие скоростно-силовых качеств. П/И	
Итого:	**34**			

Литература:

1. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. М. «Физкультура и спорт» 2000г.

2. Ж. К. Холодов. В. С. Кузнецов Теория и методика физического воспитания и спорта. М. «Академия»2003г.

3. Н.А. Козленко. В.П. Мацулевич Физическое воспитание учащихся первых классов. К. «Радянська школа» 1988г.

4. И. М. Коротков. Подвижные игры детей. М. «Советская Россия» 1987г.

5. Н.Г. Соколова Практическое руководство по детской лечебной физкультуре. Ростов-на-Дону. «Феникс» 2007г.

6. В. И. Лях Мой друг физкультура. М. «Просвещение» 2006г.

7. Вавилова Е.Н. Учите прыгать, бегать, лазить, метать. М.: «Просвещение» 1983

8. Веселая З.А. Игра принимает всех. М. «Полымя». 1985

9. Гришин В.Т. Игры с мячом и ракеткой. М.: «Просвещение». 1982 г

10. Губерт К.Д., Рысс М.Г. Гимнастика и массаж в школьном возрасте. Пособие для учителя. М.: «Просвещение"» 1981 г.