

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Верхнедобринская средняя школа
Камышинского муниципального района Волгоградской области

СОГЛАСОВАНА

педагог-организатор



Ковалкина М.С.

УТВЕРЖДЕНА

директор школы



Иванова В.А.

Приказ № 91 от 14.08.2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления

по подвижным играм

Уровень общего образования, класс: основное общее (5-7 класс)

Количество часов – 5 класс - 34 часа, 6 класс – 34 часа,
7 класс – 34 часа.

Учитель – *Федорова Мария Дмитриевна*

2026-2027 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Подвижные игры» для 5-7 классов составлена на основе ФГОС ООО и следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статья 75)
2. Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов. Утверждена Президентом Российской Федерации 03.04.2012 г.
3. «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки». Указ Президента РФ от 7 мая 2012г. №599.
4. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013г. №1008.
5. «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. СанПиН 2.4.4.3172-14.». Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014г. №41.
6. «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей». Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014г. №1726-р.
7. Примерная программа по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2019 год).

Рабочая программа внеурочной деятельности «спортивно-оздоровительной направленности «Подвижные игры» составлена на 4 года и рассчитана на 1 час в неделю в каждом классе. В соответствии с календарным графиком Верхнедобринской СШ на 2026- 2027 учебный год календарно-тематическое планирование составлено: для 5 класса - 34 часа для 6 класса -34 часов, для 7 класса – 34часа.

Планируемые результаты

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- 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, ситуациях.

В результате изучения внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности «Подвижные игры» школьники должны:

Знать:

- правила игр, основные приемы техники игры в различных видах спорта;
- простейшие индивидуальные, групповые и командные тактические действия;
- историю развития данных видов в России и в мире;
- правила судейства в изучаемых подвижных играх;
- основы истории развития физической культуры;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития;
- индивидуальные способы контроля;
- правила личной гигиены, правила техники безопасности при проведении подвижных игр и внеурочных занятий профилактику травматизма.

Уметь:

- выполнять основные приемы техники игр и применять их в игре;
- соблюдать на практике правила игр, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта;
- соблюдать правила взаимодействия в процессе спортивной игры;
- осуществлять рефлекссию в ходе и по окончании игровой деятельности;
- соблюдать правила безопасности на занятиях физической культурой;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием;
- демонстрировать двигательные умения и навыки.

Формы занятий

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него.

Содержание программы внеурочной деятельности

№	Название раздела	Теория: Основные теоретические понятия	Практика: Примерное содержание деятельности	Оборудование оснащенность	Место проведения
1	Футбол	- История возникновения игры. - Правила игры. Организация и проведения соревнований - Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом	- ОФП - СФП - Перемещения, остановки, повороты. - Бег с изменением скорости, направления . Обучение технике владения мячом: а) ведение мяча; б) удары по мячу; в) отбор мяча, финты; - Сочетание изученных приёмов и применение их в игре. - Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите. - Тактические действия с мячом.	- Футбольные мячи, набивные мячи, конусы, гимнастические скамейки, скакалки, свисток.	Спортивная площадка школы.
2	Баскетбол	- История возникновения игры; - Правила игры; - Организация и проведения соревнований; - Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом.	- ОФП - СФП - Перемещения - Бег изменением скорости, направления. - Ловля и передача мяча двумя руками от плеча в парах, в тройках, на месте и в движении. - Броски мяча в корзину одной рукой от плеча с близкого расстояния после остановки и после ведения. - То же со	Баскетбольные мячи, гимнастические скамейки, скакалки, свисток	Спортзал школы, спортивная площадка

			средней дистанции. -Ведение мяча с изменением направления после ловли в движении и ведение мяча с ускорением. - Сочетание изученных приёмов и применение их в игре. - Индивидуальные действия в нападении и защите, выбивание и вырывание мяча, держание игрока без мяча и с мячом.		
3	Волейбол	-История возникновения игры. Правила игры в волейбол. - Организация и проведение соревнований - Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом.	- ОФП - СФП - Обучение техники нападения: а) Стойки, перемещения; б) Передача мяча сверху двумя руками стоя лицом, спиной в направлении передачи; в) Подача мяча: нижняя прямая, верхняя прямая; г) Нападающий удар. Подводящие и подготовительные упражнения. - Техника защиты: а) Стойки, перемещения; б) Приём мяча снизу; в) Блокирование.	Теннисные мячи, подвесной мяч, гимнастические скамейки, скакалки, волейбольные мячи, набивные мячи, свисток.	Спортзал школы, спортивная площадка

СОГЛАСОВАНА

педагог-организатор



Ковалкина М.С.

Календарно-тематическое планирование

курса внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления

по подвижным играм

для 5 класса

Учитель – *Федорова Мария Дмитриевна*

2026-2027 учебный год

Календарно-тематическое планирование для учащихся 5 класса.

№ урока	Дата план	Дата факт	Тема раздела, урока	Количество часов
			Футбол	9
1	07.09		Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения и правила игры. ОФП.	1
2	14.09		Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
3	21.09		Удар по неподвижному и катящемуся мячу серединой подъема. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
4	28.09		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
5	12.10		Остановка катящегося мяча подошвой. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
6	19.10		Ведение мяча внешней и внутренней частью подъема. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
7	26.10		Выбивание мяча ударом ногой. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
8	02.11		Комбинации из основных элементов техники перемещений и владения мячом. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
9	09.11		Индивидуальные тактические действия. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
			Баскетбол.	8
10	23.11		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с упрощёнными правилами игры «Баскетбол».	1
11	23.11		Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом. Игра «10 передач». ОФП.	1
12	30.11		Варианты передачи и ловли мяча на месте. Игра «Передал - садись». СФП.	1
13	30.11		Варианты передачи и ловли мяча в движении. Игра «Передал – садись». СФП.	1
14	07.12		Ведение мяча на месте и с продвижением	1

			бегом. Игра по упрощенным правилам.	
15	07.12		Повторение изученных приёмов. Броски мяча в кольцо двумя руками. Игра по упрощенным правилам.	1
16	14.12		Сочетание изученных приёмов игры. Игра по упрощённым правилам.	1
17	14.12		Эстафеты с элементами баскетбола.	1
			Волейбол.	17
18-19-20.	21.12 28.12 11.01		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Волейбол»	3
21-22.	18.01 25.01		Передача и ловля мяча двумя руками. ОФП	2
23-24.	01.02 08.02		Передача и ловля мяча двумя руками. Поддача мяча. Учебная игра.	2
25-26.	15.02 01.03		Сочетание изученных приёмов игры. Подвижная игра «Охотники и утки».	2
27-28.	15.03 22.03		Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра.	2
29-30.	29.03 12.04		Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	2
31-32.	19.04 26.04		Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	2
33-34.	17.05 24.05		Учебная игра в волейбол. ОФП.	2

СОГЛАСОВАНА

педагог-организатор



Ковалкина М.С.

Календарно-тематическое планирование

курса внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления

по подвижным играм

для 6 класса

Учитель – *Федорова Мария Дмитриевна*

2026- 2027 учебный год

Календарно-тематическое планирование для учащихся 6 класса.

№ урока	Дата план	Дата факт	Тема раздела, урока	Количество часов
			Футбол	12
1-2	07.09 14.09		Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения и правила игры. ОФП.	2
3-4.	21.09 28.09		Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	2
5-6.	12.10 19.10		Удар по неподвижному и катящемуся мячу серединой подъема. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	2
7	26.10		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
8	26.10		Остановка катящегося мяча подошвой. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
9	02.11		Ведение мяча внешней и внутренней частью подъема. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
10	09.11		Выбивание мяча ударом ногой. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
11	23.11		Комбинации из основных элементов техники перемещений и владения мячом. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
12	30.11		Индивидуальные тактические действия. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
			Баскетбол.	7
13	07.12		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с упрощёнными правилами игры «Баскетбол».	1
14	07.12		Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом. ОФП.	1
15	14.12		Ловля и передача мяча после остановки, в движении со сменой направления движения. Учебная игра	1
16	14.12		Ловля и передача мяча после остановки, в движении со сменой направления движения. Учебная игра	1

17	21.12		Броски мяча в корзину с места и в движении. Учебная игра.	1
18	28.12		Броски мяча в корзину с места и в движении. Учебная игра.	1
19	28.12		Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.	1
			Волейбол	15
20	11.01		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Волейбол»	1
21-22	18.01 25.01		Приём мяча верхним способом. ОФП	2
23-24	01.02 08.02		Приём мяча нижним способом. Подача мяча. Учебная игра.	2
25-26	15.02 01.03		Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра. СФП	2
27-28	15.03 22.03		Сочетание изученных приёмов игры. Учебная игра. СФП.	2
29-30	29.03 12.04		Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	2
31-32-	19.04 26.04		Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	2
33-34	17.05 24.05		Учебная игра в волейбол. ОФП.	2

СОГЛАСОВАНА

педагог-организатор



Ковалкина М.С.

Календарно-тематическое планирование

курса внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления

по подвижным играм

для 7 класса

Учитель – *Федорова Мария Дмитриевна*

2026- 2027 учебный год

Календарно-тематическое планирование для учащихся 7 класса.

№ урока	Дата план	Дата факт	Тема раздела, урока	Количество часов
			Футбол	9
1	07.09		Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения и правила игры. ОФП.	1
2	14.09		Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
3	21.09		Удар по неподвижному и катящемуся мячу серединой подъема. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
4	28.09		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
5	12.10		Остановка катящегося мяча подошвой. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
6	12.10.		Ведение мяча внешней и внутренней частью подъема. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
7	19.10		Выбивание мяча ударом ногой. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических действий.	1
8	26.10		Комбинации из основных элементов техники перемещений и владения мячом. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
9	02.11		Индивидуальные тактические действия. ОФП. Игры на закрепление и совершенствование технических и тактических действий.	1
			Баскетбол.	7
10	09.11		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Баскетбол».	1

11	09.11		Передвижение, прыжки, остановки, повороты с мячом. ОФП.	1
12	23.11		Ловля и передача мяча после остановки, в движении со сменой направления движения. Учебная игра	1
13	23.11		Ловля и передача мяча после остановки, в движении со сменой направления движения. Учебная игра	1
14	30.11		Выбивание и вырывание мяча, держание игрока без мяча и с мячом Учебная игра.	1
15	30.11		Броски мяча в корзину с места и в движении. Учебная игра.	1
16	07.12		Сочетание изученных приёмов и применение их в игре.	1
			Волейбол.	18
17	14.12		Инструктаж по ТБ. История возникновения игры. Ознакомление с правилами игры «Волейбол»	1
18-19	21.12 28.12		Передача мяча верхним способом. ОФП	2
20-21	11.01 18.01		Передача мяча нижним способом. Подача мяча. Учебная игра.	2
22-23	25.01 01.02		Повторение изученных приёмов игры. Учебная игра. СФП	2
24-25- 26	08.02 15.02 01.03		Повторение изученных приёмов игры. Учебная игра. СФП.	3
27-28- 29	15.03 22.03 29.03		Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	3
30-31- 32	12.04 19.04 26.04		Нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега. Учебная игра.	3
33-34	17.05 24.05		Учебная игра в волейбол. ОФП.	2

Учебно- методическое обеспечение для ученика:

1. Федорова, Е. Ю. Подвижные игры на уроках физической культуры : учебное пособие / Е. Ю. Федорова. – Москва : Спорт, 2020. – 120 с.

Для учителя:

1. Федорова, Е. Ю. Подвижные игры на уроках физической культуры : учебное пособие / Е. Ю. Федорова. – Москва : Спорт, 2020. – 120 с.

2. Патрикеев, А. Ю. Поурочные разработки по физической культуре. 5 класс : пособие для учителя / А. Ю. Патрикеев. — Москва : ВАКО, 2015 (или переиздания 2020, 2021). — 272 с.

3. атрикеев, А. Ю. Поурочные разработки по физической культуре. 7 класс : пособие для учителя / А. Ю. Патрикеев. — Москва : ВАКО, 2015 (или переиздания 2020, 2021). — 272 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 481448336152253156237683129688102374781711165217

Владелец Иванова Валентина Алексеевна

Действителен с 06.09.2026 по 06.09.2027