


**Филиал муниципального общеобразовательного учреждения  
Богдашкинской средней школы в с. Петровское  
(Филиал МОУ Богдашкинской СШ в с. Петровское)**

Рассмотрено на заседании школьного методического объединения музыки, ИЗО, технологии, ОБЖ, физической культуры, ОРКСЭ, ОДНКНР. Протокол от 25 августа 2023 года № 1 Руководитель школьного методического объединения _____/ Неласова Л.П./	Согласовано Заместитель директора по УВР _____ Белова Л.А. 28 августа 2023 года	Утверждено Директор школы  Антонова С.В. Приказ от 29 августа 2023 года № 196
--	--	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Физическая культура. Спортивные игры»**

**Направление занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов**

**Форма организации кружок**

**Класс 6**

**Количество часов в год 34, в неделю 1 час**

**Сроки реализации программы 2023-2024 учебный год**

**Разработчик Маракаев Александр Маркович, высшее, 1 категория**

**2023-2024 учебный год**

**Село Петровское**

**Филиал муниципального общеобразовательного учреждения  
Богдашкинской средней школы в с. Петровское  
(Филиал МОУ Богдашкинской СШ в с. Петровское)**

Рассмотрено на заседании школьного методического объединения музыки, ИЗО, технологии, ОБЖ, физической культуры, ОРКСЭ, ОДНКНР. Протокол от 25 августа 2023 года № 1 Руководитель школьного методического объединения _____/ Неласова Л.П../	Согласовано Заместитель директора по УВР _____ Белова Л.А. 28 августа 2023 года	Утверждено Директор школы _____ Антонова С.В. Приказ от 29 августа 2023 года № 196
---	--	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Физическая культура. Спортивные игры»**

**Направление** занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов

**Форма организации** кружок

**Класс** 6

**Количество часов в год** 34, в неделю 1 час

**Сроки реализации программы** 2023-2024 учебный год

**Разработчик** Маракаев Александр Маркович, высшее, 1 категория

**2023-2024 учебный год**

**Село Петровское**

## Содержание учебного курса внеурочной деятельности

### Общая физическая подготовка

Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов.

Ходьба на носках, пятках, в полуприседе, в приседе, быстрым широким шагом. Бег по кругу, с изменением направления и скорости. Бег с высокого старта на 30, 40 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3x10 метров, 3x15 метров, бег до 10 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, с высоты до 50 см, в длину с места и в высоту с разбега, напрыгивание на скамейку. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Лазание по гимнастической стенке, канату. Кувырки, перекаты. стойка на лопатках, акробатическая комбинация. Упражнения в висах и упорах.

### Баскетбол

1. Основы знаний. Товарищ и друг. В чём сила командной игры.

Физические упражнения – путь к здоровью, работоспособности и долголетию.

2. Специальная подготовка. Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. Ведение мяча правой и левой рукой по прямой, по дуге, с остановками по сигналу. Бросок мяча двумя руками от груди с отражением от щита с места, после ведения и остановки.

Подвижные игры: «Мяч среднему», «Мяч соседу», эстафеты с ведением мяча и с броском мяча после ведения и остановки.

### Волейбол

1. Основы знаний. Основные правила игры в волейбол. Что такое безопасность на спортивной площадке. Правила безопасности при занятиях спортивными играми. Гигиенические правила – как их соблюдение способствует укреплению здоровья.

2. Специальная подготовка. Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища.

Подвижные игры: «Волна», «Неудобный бросок».

### Футбол

1. Основы знаний. Утренняя физическая зарядка. Пред матчевая разминка. Что запрещено при игре в футбол.

2. Специальная подготовка. Остановка катящегося мяча. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек. Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель», «Футбольный бильярд».

**Формы проведения занятий:** Однонаправленные занятия, комбинированные занятия

## Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности

### Личностные результаты

1. Гражданское воспитание:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение

прав, свобод и законных интересов других людей;  
активное участие в жизни семьи, Организации, местного сообщества, родного края, страны;  
неприятие любых форм экстремизма, дискриминации;  
понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;  
представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;  
представление о способах противодействия коррупции;  
готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;  
готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).

## 2. Патриотическое воспитание:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;  
ценностное отношение к достижениям своей Родины-России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;  
уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

## 3. Духовно-нравственное воспитание:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;  
готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;  
активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

## 4. Эстетическое воспитание:

восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства;  
осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения;  
понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества;  
стремление к самовыражению в разных видах искусства.

## 5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни;  
ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);  
осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;  
соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;  
способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;  
умение принимать себя и других, не осуждая;  
умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;  
сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же

права другого человека.

6. Трудовое воспитание:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, Организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

7. Экологическое воспитание:

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

8. Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия. Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды, включают: освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды; способность обучающихся во взаимодействии в условиях неопределенности, открытость опыту и знаниям других; способность действовать в условиях неопределенности, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других; навык выявления и связывания образов, способность формирования новых знаний, в том числе способность формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее не известных, осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие; умение распознавать конкретные примеры понятия по характерным признакам, выполнять операции в соответствии с определением и простейшими свойствами понятия, конкретизировать понятие примерами, использовать понятие и его свойства при решении задач (далее – оперировать понятиями), а также оперировать терминами и

представлениями в области концепции устойчивого развития;  
умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики;  
умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;  
способность обучающихся осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия;  
воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер;  
оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия;  
формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;  
быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

#### Метапредметные результаты

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

##### 1) базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
- устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
- предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
- делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);

##### 2) базовые исследовательские действия:

- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
- формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;
- формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;
- проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;
- оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования (эксперимента);
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах;

##### 3) работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею,

- версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
  - оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;
  - эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);
- самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;

2) совместная деятельность:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, "мозговые штурмы" и иные);
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;
- оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;
- сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;
  - составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;
  - делать выбор и брать ответственность за решение;
- 2) самоконтроль:
- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
  - давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
  - учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
  - объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
  - вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
  - оценивать соответствие результата цели и условиям;
- 3) эмоциональный интеллект:
- различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
  - выявлять и анализировать причины эмоций;
  - ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;
  - регулировать способ выражения эмоций;
- 4) принятие себя и других:
- осознанно относиться к другому человеку, его мнению;
  - признавать свое право на ошибку и такое же право другого;
  - принимать себя и других, не осуждая;
  - открытость себе и другим;
  - осознавать невозможность контролировать все вокруг.

#### Предметные результаты

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
  - правила оказания первой помощи;
  - способы сохранения и укрепление здоровья;
  - свои права и права других людей;
  - влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
  - значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;
- должны уметь:
- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
  - выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
  - заботиться о своем здоровье;
  - применять коммуникативные и презентационные навыки;
  - оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
  - находить выход из стрессовых ситуаций;
  - принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
  - адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
  - отвечать за свои поступки;
  - отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивнооздоровительному



направлению «Спортивные игры» обучающиеся смогут получить знания:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
  - правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
  - названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;
  - наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
  - упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
  - контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
  - основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
  - жесты судьи спортивных игр;
  - игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;
- могут научиться:
- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
  - выполнять технические приёмы и тактические действия;
  - контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
  - играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
  - демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
  - проводить судейство спортивных игр.

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Баскетбол		12	
Технические действия			
1	Техника безопасности. Стойки и перемещения	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2	Остановки баскетболиста	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3	Передачи мяча	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

4	Ловля мяча	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5	Ведение мяча	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
6	Броски в кольцо	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Тактические действие			
7	Выравнивание и выбивание мяча. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
8	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
9	Тестирование	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
10	Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
11	Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
12	Привлечение к участию в соревнованиях.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Волейбол		12	
13	Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, Передачи двумя руками в парах, тройках. Передачи мяча над собой, через сетку	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
14	Передачи мяча двумя руками на месте и после перемещения. Передачи двумя руками в парах, передачи мяча над собой, через сетку.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
15	Закрепление техники передачи	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
16	Индивидуальные тактические действия в защите.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

17	Индивидуальные тактические действия в защите.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
18	Верхняя прямая подача	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
19	Верхняя прямая подача	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
20	Прием мяча. Прием подачи.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
21	Закрепление техники приема мяча с подачи	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
22	Передачи мяча двумя руками на месте и после перемещения. Передачи двумя руками в парах, передачи мяча над собой, через сетку.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
23	Индивидуальные тактические действия в защите.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
24	Игры и игровые задания. Учебная игра.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Футбол		10	
25	Остановка катящегося мяча подошвой. .	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
26	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
27	Техника безопасности. Розыгрыш углового удара.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
28	Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой, по дуге	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
29	Ведение мяча с остановками по сигналу	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
30	Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
31	Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

32	Игра в мини-футбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
33	Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель»	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
34	Подвижные игры	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>