



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и молодёжной политики Владимирской области**  
**Администрация Петушинского района**

**МБОУ СОШ № 2 г. Петушки**

РАССМОТРЕНО  
на заседании педсовета  
Коробко Е.В.   
Приказ №11  
от «28» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам.директора по УВР  
Коробко Е.В.   
Приказ №11  
от «28» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ СОШ №2  
Лещенкова Л.В.   
Приказ №11  
от «28» 08 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности**  
**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**  
**(основное общее образование)**

для обучающихся 5-9 классов

Учителя: Эшдавлятова Алина Эркиновна  
Клопов Николай Алексеевич

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и молодёжной политики Владимирской области**  
**Администрация Петушинского района**

**МБОУ СОШ № 2 г. Петушки**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании педсовета

Коробко Е.В.

Приказ №11

от «28» 08 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам.директора по УВР

Коробко Е.В.

Приказ №11

от «28» 08 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ СОШ №2

Лещенкова Л.В.

Приказ №11

от «28» 08 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности**  
**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**  
**(основное общее образование)**

для обучающихся 5-9 классов

Учителя: Эшдавлятова Алина Эркиновна

Клопов Николай Алексеевич



## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимости мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

### ***личностные результаты:***

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- 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.

***метапредметные результаты*** освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные).

### ***Регулятивные УУД:***

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

### ***Познавательные УУД:***

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;

### ***Коммуникативные УУД:***

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).

### ***предметные результаты:***

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное);
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта; применение их в игровой и соревновательной деятельности;

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

## 2.Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности .

Сроки реализации образовательной программы —1 час в неделю -34 учебных часа в год.

### Календарно-тематическое планирование

№п\п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов
<b>Введение</b>			<b>1</b>
1		Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр.	1
<b>Спортивные игры</b>			<b>33</b>
<b>Волейбол</b>			<b>9</b>
2		Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1
3		Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.	1
4		Передача на точность. Встречная передача	1
5		Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1
6		Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1
7		Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1
8		Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	1
9		Групповые действия игроков.	1
10		Контрольные игры и соревнования.	1
<b>Гандбол.</b>			<b>5</b>
11		Ручной мяч. Основные правила игры.	1
12		Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.	1
13		Стойки и перемещения, остановки. Ловля и передача мяча двумя руками на месте и в движении.	1
14		Ведение мяча и бросок. Отбор и выбивание мяча. Блокирование броска.	1

15		Игра вратаря. Подготовка к соревнованиям. Соревнования.	1
<b>Русская лапта</b>			<b>5</b>
16		Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание, самоосаливание и переосаливание.	1
17		Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	1
18		Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.	1
19		Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами	1
20		Командные игры и соревнования.	1
<b>Баскетбол.</b>			<b>9</b>
21		Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения.	1
22		Техника владения мячом.	1
23		Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.	1
24		Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	1
25		Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	1
26		Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1
27		Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	1
28		Взаимодействие игроков с заслонами.	1
29		Групповые действия.	1
<b>Футбол</b>			<b>5</b>
30		Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1
31		Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	1
32		Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	1
33		Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1
34		Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	1
		<b>Итого</b>	<b>34</b>