МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Приволенская средняя школа
МБОУ Приволенская СШ

РАССМОТРЕНО:	СОГЛАСОВАНО:	УТВЕРЖДЕНО:
Заседание ШМО	Заместитель директора	Директор МБОУ
классных руководителей	школы по УР	Приволенской СШ
_____/И.И. Болдарева/	_____/Т.П. Кузьмина/	_____/Е.Н.Тимченко/
Протокол ШМО КР	приказ от 31.08. 2026г.	приказ от 31.08. 2026г.
от 27.08.2026г. №1г.	№345	№345

Рабочая программа
по внеурочной деятельности спортивно – оздоровительного направления
«Подвижные игры. Игры народов России»
класс 7-8

(ID 12496849)

Разработчик: Пяткин А.В., высшая квалификационная категория;

п. Привольный 2026г.

Пояснительная записка

Программа «Подвижные игры. Игры народов России» по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности обучающихся 7,8 классов составлена с учетом требований обновленного ФГОС ООО. Соответствует федеральному компоненту государственного стандарта основного общего образования, отвечает положениям Закона «Об образовании» в части духовно-нравственного развития учащихся, основными положениями концепции содержания образования школьников в области физической культуры, Федерального закона «О физической культуре и спорте», в котором отмечается, что организация физического воспитания в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объеме, установленном государственными образовательными стандартами, а также программе внеурочной деятельности. Содержание программы основано на положениях нормативно-правовых актах РФ:

- требования к результатам освоения образовательной программы по «Физической культуре» основного общего образования (ФГОС);
- концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- положение «Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года» в отношении модернизации системы физического воспитания детей, подростков, молодежи, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 07.08.26 года №1101 –ф.
- методические рекомендации при подготовке учебных программ по предмету «Физическая культура» приказ Министерства образования и науки России от 29.07.24 года №1560;
- СанПиН 2.4.2.2825-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях». В условиях современной природной и социально-экономической ситуации проблема здоровья детей приобретает глобальный характер.

Малоподвижный образ жизни обучающихся, просмотр телевизора и работа за компьютером ухудшают физическое состояние и здоровье школьников.

Успех укрепления здоровья детей заключается в приобщении детей к регулярным занятиям физической культурой.

Актуальность.

Организация внеурочной деятельности в рамках спортивно-оздоровительного направления, с использованием эффективных форм проведения занятий, позволит успешно приобщить обучающихся к здоровому образу жизни и решать проблемы сохранения и укрепления здоровья.

Цель программы: создание условий для сохранения, укрепления развития физического и психического здоровья школьников через игровую деятельность.

Задачи программы:

Образовательные:

- формирование знаний и представлений о здоровом образе жизни;
- обучение правилам поведения в процессе коллективных действий;
- формирование интереса к народному творчеству;
- расширение кругозора школьников.

Развивающие:

- развитие познавательного интереса к русским народным играм, включение их в познавательную деятельность;
- развитие активности, самостоятельности, ответственности;
- развитие статистического и динамического равновесия;
- развитие глазомера и чувства расстояния;
- развитие внимательности, как черты характера, свойства личности.

Воспитательные:

- воспитание чувства коллективизма, взаимопомощь;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- формирование этических норм поведения;
- воспитание бережного отношения к народным традициям.

Место курса в учебном плане.

Программа рассчитана для учащихся 7,8 классов, на 1 год обучения.

На реализацию спортивно-оздоровительного курса «Подвижные игры. Игры народов мира» отводится 34 ч. в год, 1час в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

Содержание планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся. Это: игры на освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей. Игры с волейбольными, теннисными и баскетбольными мячами. Легкоатлетические упражнения. Игры на развитие координации. Игры на освоение навыков бега, развитие скоростных способностей.

Новизна программы состоит в том, что учебно-воспитательный процесс осуществляет разные формы работы: практические занятия (групповые, индивидуальные и сводные), проведение турниров, соревнований, эстафет, малых олимпиад по подвижным играм на свежем воздухе и в спортивном зале и теоретические знания о народных играх; о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности и т.д.

Программа способствует укреплению здоровья, развитию физических качеств и отвечает запросам различных социальных групп нашего общества, обеспечивает совершенствование процесса развития и воспитания детей.

Полученные знания позволят учащимся преодолеть психологическую инертность, позволят развить их творческую активность, способность сравнивать, анализировать, планировать, ставить внутренние цели, стремиться к ним.

Программа включает следующие разделы:

1. Основы знаний о физической культуре.
   Здоровье человека и влияние на него физических упражнений.
   Здоровье физическое, психическое, душевное. Здоровый образ жизни и мысли (экология души).
   Потребность в движении тела как выражение потребности души.
   (В процессе занятий).
2. Подвижные игры с мячами.
   Игры с элементами строя: «Построение в шеренгу», «Быстро встань в колонну», «К своим флажкам».
Игры с ходьбой и бегом: «Кошки-мышки», «Ястреб и утка», «Совушка»
   Игры с прыжками: «С кочки на кочку», «Салки в приседе»
   Игры с большими мячами: «Мяч соседу», «Мяч сбоку», «Мяч над головой», «Охотники и утки», Эстафеты с мячами.
   На комплексное развитие координационных, скоростно-силовых способностей: «Салки – ноги от земли», «Бег сороконожек», «Белые медведи».
3. Игры народов России.
   Татарские, башкирские, якутские, дагестанские, мордовские.
4. Легкоатлетические упражнения.

- Игры преимущественно с бегом: «К своим флажкам», «Пустое место», «Вызов номеров», «Пятнашки», «Воробьи и вороны», эстафеты.
- Игры преимущественно с прыжками в высоту, в длину и с высоты «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»,
- Игры с метанием мяча на дальность и в цель: «Кто дальше бросит?», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Передал – садись».

Комплексное развитие физических и личностных качеств учащихся: «Быстро по своим местам», «Космонавты», «Передача мячей в колоннах», «Земля, воздух, вода», эстафеты с предметами.

Формы и методы работы:

- практические занятия (групповые, индивидуальные и сводные)
- проведение турниров, соревнований, эстафет, малых олимпиад по подвижным играм на свежем воздухе и в спортивном зале.

Приемы и методы обучения на занятиях.

- педагогические технологии на основе личностной ориентации образовательного процесса (педагогика сотрудничества);
- педагогические технологии на основе эффективности управления и организации образовательного процесса (групповые технологии, технологии индивидуального обучения);
- педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (практические игровые технологии).

Реализация данных технологий осуществляется через следующие организационные формы:

- беседы о культуре народов мира, их подвижных и спортивных играх;
- практические занятия по разучиванию игр;
- организация творческих мастерских;
- организация соревнований или чемпионатов по проведению игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

В результате внеурочной деятельности у обучающихся 7,8 классов основной школы будут сформированы личностные, познавательные, коммуникативные и регулятивные универсальные учебные действия как основа учебного сотрудничества и умения учиться в общении.

Личностные результаты

У учеников будут сформированы:

- потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам;
- бесконфликтное поведение;
- стремление прислушиваться к мнению одноклассников;
- 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.

- организовывать самостоятельную деятельность с учѐтом требований еѐ безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- 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;
- оценивать свою двигательную активность, выявлять причины нарушения и корректировать
- выполнять правила игры;
- применять игровые навыки в жизненной ситуации;
- демонстрировать позитивное отношение к участникам игр.

Предметные результаты

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся первого года обучения должны иметь представление: о двигательном режиме; о вредных и полезных привычках; о народных играх; о различных видах подвижных игр; о соблюдении правил игры; о культуре общения со сверстниками в условиях игровой и соревновательной деятельности. Знать причины нарушения осанки, появления нарушения зрения, плоскостопия; правила и уметь организовать подвижные игры (3-4); не менее двух комплектов упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости; основные факторы, влияющие на здоровье человека; основы правильного питания. Представлять игры как средство укрепления здоровья, физического

развития и физической подготовки человека; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; бережно обращаться с инвентарем 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; применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	В том числе		ЭОР
			теория	практика	
Раздел 1. Основы знаний о физической культуре					
1.	Игры на освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.	4	В процессе занятий	4	https://pedsovet.su/dosug/podvizhnye_igry_dlya_detey https://infourok.ru/sbornik-podvizhnyh-igr-s-1-po-11-klass-6722262.html
Раздел 2. Подвижные игры с мячами					
2.	Игры с применением теннисных, волейбольных и баскетбольных мячей.	15	В процессе занятий	15	https://fk12.ru/mediateka/games
Раздел 3. Легкоатлетические упражнения					
3.	Игры на развитие координации. Игры на освоение навыков бега, развитие скоростных способностей	15		15	http://www.gomelscouts.com/athletic-games.html
Итого: 34 ч.					

Методическое обеспечение программы.

1. Адашкявичене Э.И. Подвижные игры для детей. Просвещение. 2025 г..
2. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания. - М.: ФиС, 2025.
3. Бернштейн Н.А. О ловкости и еѐ развитии. - М.: «ФиС», 2024.
4. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. - М.: Медицина, 2024
5. Лях В.И. , Зданевич А.А. «Комплексная программа по физическому воспитанию учащихся 5-7 классов», Москва, Просвещение 2024 год.
6.Фѐдорова Н.А. «Физическая культура. Подвижные игры» для учащихся 5-8 классов, Москва, Экзамен 2023 год.

Сайты:

https://pedsovet.su/dosug/podvizhnye_igry_dlya_detey

https://infourok.ru/sbornik-podvizhnyh-igr-s-1-po-11-klass-6722262.html

https://fk12.ru/mediateka/games

http://www.gomelscouts.com/athletic-games.html

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206975708896086309713996961436711436381829397130

Владелец Тимченко Елена Николаевна

Действителен С 30.06.2026 по 30.06.2027