


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Королев Московской области
«Средняя общеобразовательная школа № 13»


РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО

 / Александров А.А./

протокол № 1


от « 14 » 08 2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР

 / Летягина Н.А./

« 14 » 08 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор

 «Средняя
общеобразовательная
школа № 13» И.И./

приказ №

от « 14 » 08 2025 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Спортивные игры»

для 1-4 классов

на 2025 – 2026 учебный год

Королев, 2025

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 2-4 классов составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО к результатам освоения образовательной программы НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной программе воспитания.

Программа данного курса рассчитана на 34 часа в год с проведением занятий 1 раз в неделю. Программа курса «Спортивные игры» реализуется в соответствии с планом внеурочной деятельности.

Цель курса: формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи:

1. Содействовать укреплению здоровья.
2. Содействовать разностороннему физическому развитию обучающихся.
3. Сформировать у обучающихся организационные навыки.
4. Сформировать у обучающихся потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Темы и разделы курса выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа курса предусматривает изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение обучающимися нормативов и участие в соревнованиях. На практических занятиях обучающиеся овладевают техникой и тактикой игр, методикой судейства. В ходе занятий углубляются и систематизируются полученные навыки и знания в подборе упражнений, организации групп для товарищеского взаимодействия в ходе игры, совершенствуются физические качества.

Используемые формы: практико-ориентированные занятия, индивидуальные и групповые занятия, соревнования, тестирование.

3. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2 класс

Раздел 1 Пионербол

Тема 1 Стойки и перемещения игрока (2ч). Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники.

Тема 2 Передача и ловля мяча различными способами (3 ч). Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.

Тема 3 Подача одной рукой через сетку (2ч). Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники.

Тема 4 Нападающий удар через сетку (2ч). Рассматривают, обсуждают и

анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения.

Раздел 2 Футбол

Тема 5 Ведение мяча (2ч).

Закрепляют и совершенствуют технику удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега.

Тема 6 Удар по неподвижному мячу (2ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол.

Тема 7 Удар по воротам (2ч).

Закрепляют и совершенствуют технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы.

Тема 8 Подвижные игры с элементами футбола (1ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники ведения футбольного мяча «по прямой», «по кругу», «змейкой», выделяют отличительные элементы в технике такого ведения, делают выводы.

Раздел 3 Баскетбол

Тема 9 Стойки и перемещения игрока (2ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.

Тема 10 Передачи и ловля мяча на месте и в движении (3ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.

Тема 11 Ведение мяча на месте и в движении (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники.

Тема 12 Бросок в кольцо (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения.

Раздел 4 Волейбол

Тема 13 Стойки и перемещения игрока (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники

Тема 14 Передача мяча двумя руками снизу (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения

Тема 15 Нижняя прямая подача (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения

Тема 16 Подвижные игры с элементами волейбола (2ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол.

3 класс

Раздел 1 Пионербол

Тема 1 Стойки и перемещения игрока, техника передачи мяча сверху и снизу (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники.

Тема 2 Передачи и ловля мяча через сетку различными способами (2ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.

Тема 3 Нападающий удар через сетку из-за головы двумя руками с 2-3 шагов разбега (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения.

Тема 4 Подача мяча через сетку (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники.

Тема 5 Подвижные игры (1ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения.

Раздел 2 Футбол.

Тема 6 Остановка и ведение мяча (3ч).

Закрепляют и совершенствуют технику удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега

Тема 7 Удар по неподвижному мячу (3ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол.

Тема 8 Игра по упрощенным правилам (1ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники ведения футбольного мяча «по прямой», «по кругу», «змейкой», выделяют отличительные элементы в технике такого ведения, делают выводы.

Раздел 3 Баскетбол

Тема 8 Стойки и перемещения игрока (2ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.

Тема 9 Ведение мяча на месте и в движении (3ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники.

Тема 10 Бросок в кольцо двумя руками от груди (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения.

Тема 11 Игра по упрощенным правилам (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники.

Раздел 4 Волейбол.

Тема 12 Стойки и перемещения игрока, передачи мяча двумя руками сверху и снизу (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного

мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники.

Тема 13 Передачи мяча сверху и снизу (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения.

Тема 14 Нижняя прямая подача (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения.

Тема 15 Игра по упрощенным правилам (2ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол.

4 класс

Раздел 1 Пионербол

Тема 1 Стойки и перемещения игрока, техника передачи мяча сверху и снизу (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники.

Тема 2 Передачи и ловля мяча через сетку различными способами (2ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.

Тема 3 Нападающий удар через сетку из-за головы двумя руками с 2-3 шагов разбега (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения.

Тема 4 Поддача мяча через сетку (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники

Тема 5 Подвижные игры (1ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения.

Раздел 2 Баскетбол

Тема 6 Стойки и перемещения игрока (2ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.

Тема 7 Ведение мяча на месте и в движении (3ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники.

Тема 8 Бросок в кольцо двумя руками от груди (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения.

Тема 9 Игра по упрощенным правилам (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники.

Раздел 3 Волейбол.

Тема 10 Стойки и перемещения игрока, передачи мяча двумя руками сверху и снизу (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники.

Тема 11 Передачи мяча сверху и снизу (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники броска баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, выделяют фазы движения и технические особенности их выполнения.

Тема 12 Нижняя прямая подача (2ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения.

Тема 13 Игра по упрощенным правилам (2ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол.

Раздел 4 Футбол.

Тема 14 Остановка и ведение мяча (3ч).

Закрепляют и совершенствуют технику удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега

Тема 15 Удар по неподвижному мячу (3ч).

Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол.

Тема 16 Игра по упрощенным правилам (1ч).

Рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники ведения футбольного мяча «по прямой», «по кругу», «змейкой», выделяют отличительные элементы в технике такого ведения, делают выводы.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2 класс

Личностные

- готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;
- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок
- выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах

- планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;
- вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;
- описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы
- движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

Метапредметные

- устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;
- устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Предметные

- выполнять требования безопасности на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;
- демонстрировать технические действия в спортивных играх:
 - баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);
 - волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);
 - футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);
- тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

3 класс

Личностные

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

- освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;
- проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;
- осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;
- анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;
- устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Метапредметные

- описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы
- движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;
- наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;
- изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Предметные

- выполнять требования безопасности на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;
- демонстрировать технические действия в спортивных играх:
баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);
волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);
футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);
- тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

4 класс

Личностные

- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред

окружающей среде;

-освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

-повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

-формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической

-деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

-описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы

-движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

-наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

-изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Метапредметные

-характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое

-предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

-устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

-устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

-устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

-устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом.

Предметные

-выполнять требования безопасности на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;

-демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);
 футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);
 -тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

Тематическое планирование

2 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Пионербол	9	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/start/192431/
2	Футбол	7	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/start/191717/
3	Баскетбол	9	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/
4	Волейбол	8	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4133/start/192374/
Итог: 33 ч			

3 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Пионербол	9	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/start/194017/
2	Футбол	7	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/start/
3	Баскетбол	9	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/start/
4	Волейбол	8	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6165/start/194074/
Итог: 33 ч			

4 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Пионербол	9	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4631/start/225084/
2	Баскетбол	9	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/start/195944/
3	Волейбол	8	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6015/start/225200/
4	Футбол	7	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5174/start/
Итог: 33 ч			