

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза П.И. Захарова  
с.Троицкое муниципального района Сызранский Самарской области

«Рассмотрена на заседании МО  
учителей естественно-  
математического цикла»  
Руководитель МО

---

Самсонова И.Ю.  
Протокол № 1  
от «31» августа 2022 г.

Проверена  
Заместитель директора по  
УВР \_\_\_\_\_  
Галыгина А.В.  
«31» августа 2022 г.

Утверждена  
Приказом  
№ 160/6 - ОД от 31.08.2022 г.  
Директор ГБОУ СОШ  
с. Троицкое:

---

Фомин В.А.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности**  
**по развитию личности, ее способностей и удовлетворения**  
**образовательных потребностей**  
**«Спортивные игры»**  
**на уровне основного общего образования**  
**5 класс (68 часов)**

2022 год

Данная программа разработана в соответствии с ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании», в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Рабочая программа составлена на основе "Внеурочной деятельности учащихся", авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов, М.: Просвещение.

Сроки реализации образовательной программы: программа рассчитана на 5 лет обучения.

Занятия по программе внеурочной деятельности «Спортивные игры» для учащихся **5 класса** проводятся в 5 классе 2 раза в неделю по 1 часу- 68 часов. Общее количество часов –68 часов в год.

## **1. Содержание курса внеурочной деятельности**

### **Тема 1. «Здоровый образ жизни»**

Здоровый образ жизни. Здоровье в порядке- спасибо зарядке! Личная гигиена. Профилактика травматизма. Нарушение осанки.

### **Тема 2. Современные подвижные игры**

«Мяч по кругу», «Поймай рыбку», «Цепи кованы», «Змейка на асфальте», «Бег с шариком», «Нас не слышно и не видно», «Третий лишний», «Ворота», «Чужая палочка», «Белки, шишки и орехи», «Без пары», «След в след», «Мишень», «С кочки на кочку», «Веребочка», «Плетень», «Кто больше», «Успевай, не зевай», «День и ночь», «Наперегонки парами», «Ловушки-перебежки», «Вызов номеров», «Поймай рыбку», «Цепи кованы», «Змейка на асфальте».

### **Тема 3. Старинные подвижные игры.**

«Двенадцать палочек», «Катание яиц», «Чижик», «Городки», «Пустое место», «Пятнашки», «Волки и овцы», «Намотай ленту», «Лапта», «Чет-нечет», «Серый волк», «Ловись, рыбка, большая и маленькая», «Догонялки на санках», «Платок», «Кто боится колдуна?», «Лучники», «Волк», «Камнепад», «Шаровки», «Горелки», «Штандер», «Рыбки», «Бабки», «Казачьи-разбойники».

### **Тема 4. Русские народные игры и забавы.**

«Щука», «Водяной», «Третий лишний», «На золотом крыльце сидели...», «Кандалы», «Слон», «Зайцы в огороде», «Козел», «Лягушки и цапля», «Волк во рву», «Прыгуны», «Лошади», «Птички и клетка», «Северный и южный ветер», «Коршун», «Бой петухов», «Караси и щука», «Лиса в курятнике», «Малечина – колечина», «Река и ров», «Горячая картошка», «Заяц без логова», «Подвижная цель», «Бабки», «Бредень», «Заколдованный замок», «Али-баба», «Два Мороза», «Жар-птица», «Перетягивание веза», «Водяной», «Садовник».

### **Тема 5. Русские игровые традиции.**

«Зазывалки», «Жребий», «Волки во рву», «Медведь и вожак», «Водяной», «Невод», «Чехарда», «Птицелов», «Жмурки», «Дуга», «Кот и мышь», «Ляпка», «Заря», «Гуси», «Удар по веревочке», «Зайки», «Прыганье со связанными ногами», «У медведя во бору», «Гуси», «Бой петухов», «Переездной конь», «Зелёная репка», «Дударь», «Капустка», «Солнышко», «В круги», «Медом или сахаром», «Жмурка и Бубенец», «Сковорода», «Огородник и воробей», «Салки», «Пол, нос, потолок», «Горячий картофель», «Ляпка», «Золотые ворота», «Подмигни соседу», «Земля, воздух, вода, огонь», «Гуси и гусыни», «Шлёпанки», «7 камней», «Хромая лиса», «Прыжки», «Зевака», «Охотник».

## **2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» являются формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными** результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### **3. Регулятивные УУД:**

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

### **2. Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр;
- устанавливать причинно-следственные связи.

### **3. Коммуникативные УУД:**

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры);
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

***Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:***

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие.

- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности; планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Формы организации и виды деятельности:** занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Подвижные игры, эстафеты, соревнования.

**3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы и использованием по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов**

№ п/п	Тематические блоки, темы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	<b>Здоровый образ жизни</b>	<b>1</b>	<a href="http://school-collection.edu.ru/">http://school-collection.edu.ru/</a> Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
2.	<b>Современные подвижные игры</b>	<b>15</b>	
	Игра «Мяч по кругу»	1	
	Игра «Поймай рыбку»	1	
	Игра «Цепи кованы»	1	
	Профилактика травматизма	1	
	Игра «Змейка на асфальте»	1	
	Игра «Бег с шариком»	1	
	Игра «Нас не слышно и не видно»	1	

	Игра «Третий лишний»	1	
	Игра «Ворота»	1	
	Игра «Чужая палочка»	1	
	Игра «Белки, шишки и орехи»	1	
	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1	
	Игра «Без пары»	1	
	Игра«След в след»	1	
	Проигрывание любимых игр	1	
<b>3.</b>	<b>Старинные подвижные игры</b>	<b>20</b>	
	Игра«Двенадцать палочек»	1	
	Игра«Катание яиц»	1	
	Игра«Чижик»	1	
	Игра«Городки»	1	
	Игра«Пустое место»	1	
	Игра«Городки»	1	
	Игра«Пятнашки»	1	
	Игра«Волки и овцы»	1	
	Игра«Намотай ленту»	1	
	Игра«Лапта»	1	
	Игра«Без соли соль»	1	
	Игра«Чет-нечет»	1	
	Игра«Серый волк»	1	
	Игра«Ловись, рыбка, большая и маленькая»	1	
	Профилактика травматизма	1	
	«Догонялки на санках»	1	
	Игра«Платок»	1	
	Игра«Кто боится колдуна?»	1	
	Игра«Догонялки на санках»	1	
	Игра«Лучники»	1	
<b>4.</b>	<b>Русские народные игры и забавы</b>	<b>16</b>	
	Игра «Щука»	1	
	Игра «Водяной»	1	
	Игра «Третий лишний»	1	
	Игра «На золотом крыльце сидели...»	1	
	Игра «Кандалы»	1	

	Игра «Ворота»	1	
	Игра «Слон»	1	
	Игра «Зайцы в огороде».	1	
	Игра «Козел»	1	
	Игра «Лягушки и цапля»	1	
	Игра «Волк во рву»	1	
	Игра «Прыгуны»	1	
	Игра «Лошади»	1	
	Профилактика травматизма	1	
	Игра «Птички и клетка»	1	
	Игра «Северный и южный ветер»	1	
<b>5.</b>	<b>Русские игровые традиции</b>	<b>16</b>	
	Игра «Зазывалки»	1	
	Игра «Жребий»	1	
	Игра «Волки во рву»	1	
	Игра «Волки и овцы»	1	
	Здоровье в порядке- спасибо зарядке!	1	
	Игра «Медведь и вожак»	1	
	Игра «Водяной»	1	
	Игра «Невод»	1	
	Игра «Чехарда»	1	
	Игра «Птицелов»	1	
	Игра «Жмурки»	1	
	Профилактика травматизма	1	
	Игра «Дуга»	1	
	Игра «Кот и мышь»	1	
	Игра «Ляпка»	1	
	Игра «Заря»	1	
<b>Итого:</b>			<b>68 часов</b>

**Всего часов в год: 68 часов**

**Часов в неделю: 2 часа**

