

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Свердловской области
Департамент образования Администрации города Екатеринбург
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Средняя образовательная школа № 300 «Перспектива»
МАОУ СОШ № 300 «Перспектива»

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МАОУ СОШ № 300 «Перспектива»
Протокол № 1 от «25» августа 2025 года



УТВЕРЖДЕНО
Директор МАОУ СОШ № 300 «Перспектива»
С.Н. Сомов
Приказ № 209-1-О от «29» августа 2025 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Спортивные игры»
для обучающихся 5 – 6 классов

Срок реализации 2 лет

Екатеринбург, 2025

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Спортивные игры» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижения планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Направленность программы – спортивно-оздоровительная

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 14.06.2022г.) «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 31 мая 2021 г. № 287).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Цель программы: создание условий для развития двигательных способностей, приобщения к систематическим занятиям учащихся посредством физических упражнений

Задачи программы:

Обучающие:

совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения спортивным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;

бучение простейшим способам контроля над физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности;

формирование знаний об истории и развитии отдельных видов спорта и физической культуры;

формирование знаний о способах и особенностях движений, передвижений; о работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении

физических упражнений, о способах простейшего контроля над деятельностью этих систем;

формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности.

Развивающие:

развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, спортивными играми, формам активного отдыха и досуга;

развитие дыхательной, сердечно-сосудистой системы, опорнодвигательного аппарата;

развитие скоростных, скоростно-силовых, силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости.

крепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма.

Воспитывающие:

воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культуры;

воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки и взаимопомощи;

воспитание смелости, активности, преодоления страхов и чувства неловкости.

Формы организации образовательного процесса: для успешной реализации учебного процесса используются групповые занятия.

Индивидуальные занятия предусматриваются для отработки важных моментов поведения и деятельности обучающегося, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия могут, как являться продолжением групповой работой, так и быть частью коррекционной программы, так как позволяют корректировать выявленные пробелы.

Виды деятельности: комбинированное занятие, интерактивная лекция с использованием презентаций и научно-технических фильмов, беседа, практическое занятие, упражнение, Групповые практические занятия; Групповые и индивидуальные теоретические занятия; Индивидуальные занятия с отдельными спортсменами; Самостоятельные тренировки по заданию тренера; Участие в спортивных соревнованиях.

Формы контроля: практическая работа, творческая работа. Конкурс, открытое занятие, наблюдение, опрос. Участия в соревнованиях (внутри школьные, районные, региональные, всероссийские). Сдача нормативов ОФП с выявление уровня физической подготовленности. Форма промежуточной аттестации: Зачет по ОФП.

Взаимосвязь с программой воспитания: Программа курса «Спортивные игры» разработана с учётом рекомендаций Программы воспитания МАОУ СОШ № 300 «Перспектива». Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося.

Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы, нашедших своё отражение и конкретизацию в программе воспитания ОУ;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую школой программы воспитания ОУ.

Программа курса «Спортивные игры» рассчитана на 68 часов и предполагает проведение 1 занятия в неделю. Срок реализации 2 лет (5-6 классы):

- 5 класс – 34 часа;
- 6 класс – 34 часа;

Планируемые результаты освоения курса.

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения обучающимися следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

Планируемые результаты 5-6 классы.

Личностный результат:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе и занятиям физической культуры;
- ответственно относится к порученному делу;
- проявляет стремление к самостоятельной работе;
- самостоятельно готовится к участию в мероприятиях.

Метапредметный результат:

– Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее

реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Коммуникативные:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками;

- определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

- разрешение конфликтов – выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

- управление поведением партнёра: контроль, коррекция, оценка его действий;

- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;

- владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации;

- умение слушать собеседника.

Познавательные:

- Умение строить по росту, выполнять простые команды;
- Способы развития физических качеств;
- Организация деятельности с учетом требований её безопасности;
- Умение контролировать скорость и расстояние при беге;
- Умение бежать со средней скоростью и ускоряться;
- Планировать спортивные занятия в режиме дня, организовывать отдых досуг в течение дня с использованием средств физической культуры;
- Уметь выбрать для себя с учетом своих особенностей способ закаливания;
- Необходимость отслеживания состояния здоровья;
- Отслеживать двигательные действия, составляющие содержание спортивных игр;
- Умение самостоятельно разрабатывать стратегию игры;
- Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности.

Предметный результат:

-Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

-Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать

содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

-Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

-Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

-Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Содержание программы – 5 класс (34 часа)

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Содержание
1	Физическая культура как область знаний	4	Влияние упражнений на различные системы организма; Физические упражнения как способ чередования нагрузок. Элементы здорового образа жизни. Физкультурно-оздоровительная деятельность.
	Итого:	4	
2	Общая физическая подготовка	10	Спринтерский бег, Низкий старт, Эстафетный бег, Кроссовая подготовка, Челночный бег, Техника выполнения прыжка в длину с места, Техника выполнения прыжка в длину с разбега, Техника прыжка в высоту способом «перешагивание», Метание набивного мяча,
			Тестирование по разделу: «Общая физическая подготовка».
	Итого:	10	

5	Спортивные игры: Баскетбол	20 7	Стойки и перемещение игрока; Ловля и передача мяча от груди; Остановки, повороты; Броски мяча после ведения; Штрафной бросок;
	Волейбол	9	Стойки и перемещения игрока; Верхний и нижний приём мяча; Приём мяча от сетки; Передача мяча с продвижением; Нападающий удар после набрасывания мяча партнёром; Верхняя передача за головой через сетку; Верхняя передача кулаком; Нижняя прямая подача; Боковая подача мяча.
	Футбол	4	Ведение футбольного мяча «по прямой», Ведение футбольного мяча «змейкой», Обводка мячом ориентиров, Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки.
	Итого:	20	
	Итого:	34	

Содержание программы – 6 класс (34 часа)

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Содержание
1	Физическая культура как область знаний	4	Влияние упражнений на различные системы организма; Физические упражнения как способ чередования нагрузок. Элементы здорового образа жизни. Физкультурно-оздоровительная деятельность.
	Итого:	4	
2	Общая физическая подготовка	10	Спринтерский бег, Низкий старт, Эстафетный бег, Кроссовая подготовка, Челночный бег, Техника выполнения прыжка в длину с места, Техника выполнения прыжка в длину с разбега, Техника прыжка в высоту способом «перешагивание», Метание набивного мяча,
			Тестирование по разделу: «Общая физическая подготовка».
	Итого:	10	

5	Спортивные игры: Баскетбол	20 7	Стойки и перемещение игрока; Ловля и передача мяча от груди; Остановки, повороты; Броски мяча после ведения; Штрафной бросок; Судейство; Игровая деятельность.
	Волейбол	9	Стойки и перемещения игрока; Верхний и нижний приём мяча; Приём мяча от сетки; Передача мяча с продвижением; Нападающий удар после набрасывания мяча партнёром; Верхняя передача за головой через сетку; Верхняя передача кулаком; Нижняя прямая подача; Боковая подача мяча.
	Футбол	4	Ведение футбольного мяча «по прямой», Ведение футбольного мяча «змейкой», Обводка мячом ориентиров, Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки.
	Итого:	20	
	Итого:	34	

Тематическое планирование (5 класс)

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	В том числе		Формы внеурочной деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
			Теория	Практика		
Физическая культура как область знаний						
1	Влияние упражнений на различные системы организма	1	1	0	Лекция, беседа	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Физические упражнения как способ чередования нагрузок	1	1	0	Лекция, беседа	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Элементы здорового образа жизни	1	1	0	Лекция, беседа	https://resh.edu.ru/subject/9/
4	Физкультурно-оздоровительная деятельность	1	0	1	Практические упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
Общая физическая подготовка						
5	Спринтерский бег	1	0	1	Практические упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
6	Низкий старт	1	0	1	Практические упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
7	Эстафетный бег	1	0	1	Беседа, практические упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
8	Кроссовая подготовка	1	0	1	Беседа, практические упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/

9	Челночный бег	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
10	Техника выполнения прыжка в длину с места	1	0	1	Беседа, практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
11	Техника выполнения прыжка в длину с разбега	1	0	1	Беседа, практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
12	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание»	1	0	1	Беседа, практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
13	Метание набивного мяча	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
14	Тестирование по разделу: «Общая физическая подготовка»	1	0	1	Тестировани е	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
Спортивные игры: Баскетбол						
15	Стойки и перемещение игрока	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
16	Ловля и передача мяча от груди	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
17	Остановки, повороты	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
18	Броски мяча после ведения	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
19	Штрафной бросок	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
20	Судейство	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/

21	Игровая деятельность	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
Волейбол						
22	Стойки и перемещени я игрока	1	0	1	Лекция, Беседа, Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
23	Верхний и нижний приём мяча	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
24	Приём мяча от сетки	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
25	Передача мяча с продвижением	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
26	Нападающий удар после набрасывания мяча партнёром	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
27	Верхняя передача за головой через сетку	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
28	Верхняя передача кулаком	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
29	Нижняя прямая подача	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
30	Боковая подача мяча	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/

Футбол						
31	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
32	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/

33	Обводка мячом ориентиров	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
34	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
Итого:		34	3	31		

Тематическое планирование (6 класс)

№ п/ п	Тема занятия	Вс е го час ов	В том числе		Формы внеурочной деятельности	Электрон ные (цифровы е) образова тельные ресурсы
			Тео рия	Пра кти ка		
Физическая культура как область знаний						
1	Влияние упражнений на различные системы организма	1	1	0	Лекция, беседа	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
2	Физические упражнения как способ чередования нагрузок	1	1	0	Лекция, беседа	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
3	Элементы здорового образа жизни	1	1	0	Лекция, беседа	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
4	Физкультурно- оздоровительная деятельность	1	0	1	Практически е упражн ения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
Общая физическая подготовка						
5	Спринтерский бег	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
6	Низкий старт	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/

7	Эстафетный бег	1	0	1	Беседа, практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
8	Кроссовая подготовка	1	0	1	Беседа, практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
9	Челночный бег	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
10	Техника выполнения прыжка в длину с места	1	0	1	Беседа, практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
11	Техника выполнения прыжка в длину с разбега	1	0	1	Беседа, практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
12	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание»	1	0	1	Беседа, практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
13	Метание набивного мяча	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
14	Тестирование по разделу: «Общая физическая подготовка»	1	0	1	Тестировани е	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
Спортивные игры: Баскетбол						
15	Стойки и перемещение игрока	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
16	Ловля и передача мяча от груди	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
17	Остановки, повороты	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/
18	Броски мяча после ведения	1	0	1	Практически е упражнения	<a href="https://resh.ed
u.ru/subject/9/">https://resh.ed u.ru/subject/9/

19	Штрафной бросок	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
20	Судейство	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
21	Игровая деятельность	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
Волейбол						
22	Стойки и перемещение игрока	1	0	1	Лекция, Беседа, Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
23	Верхний и нижний приём мяча	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
24	Приём мяча от сетки	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
25	Передача мяча с продвижением	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
26	Нападающий удар после набрасывания мяча партнёром	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
27	Верхняя передача за головой через сетку	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
28	Верхняя передача кулаком	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
29	Нижняя прямая подача	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
30	Боковая подача мяча	1	0	1	Практически е упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/

Футбол						
31	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	0	1	Практические упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
32	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1	0	1	Практические упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
33	Обводка мячом ориентиров	1	0	1	Практические упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
34	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1	0	1	Практические упражнения	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого:		34	3	31		

Учебно-методическое обеспечение:

1. А.П. Матвеев. Физическая культура. 6-7 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. Физическая культура М.2011г. «Просвещение».
2. Рабочая программа «Физическая культура 5 – 9 классы» Автор: Матвеев А.П.М. “Просвещение”,2012;
3. Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2010).

Цифровые образовательные ресурсы:

<https://resh.edu.ru/subject/9/>