МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ростовской области

Ремонтненский отдел образования Администрации Ремонтненского района

МБОУ Большеремонтненская СШ

РАССМОТРЕНА	СОГЛАСОВАНА	УТВЕРЖДЕНА
Руководитель ШМО	Заместитель директора по УР	Директор
Липаева М.В.	Балабина Л.Н.	Полоусов В.Г.
Протокол заседания № 1 от «24» августа 2026 г.	Протокол заседания № 1 от «27» августа 2026 г.	Приказ № 168 от «27» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По внеурочной деятельности

«Школьный спортивный клуб Олимпиец»

для обучающихся 5 класса

с. Большое Ремонтное

Данная программа расчитана на 1 год обучения и соответствует среднему возрастному уровню (12-13 лет).Занятия прводятся 1 раз в неделю,продолжительностью – 40 мин

Планируемые результаты:

Изучение программы способствует развитию личностных, предметных и метапредметных универсальных учебных действий (УУД):

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

— 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;

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— представлять ОФП как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— 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

Структура курса:

№ п/п	Раздел программы	Содержание	Количество часов
			6 класс
1	Теория	Изучение вопросов по предупреждению травматизма, техника безопасности при занятиях спортивными и подвижными играми, при выполнении физических упражнений. Подведение итогов за год.	2
2	Спортивные игры	Изучение элементов игр, игры по упрощенным правилам, совершенствование навыков игр.	12
3	Подвижные игры	Игры для развития быстроты, координации, взаимодействия учащихся	8
4	Легкая атлетика	Беговые упражнения, упражнения на скорость.	4
5	Гимнастика	Изучение элементов гимнастики для развития гибкости, прыгучести.	7
6	Подведение итогов	Объявление результатов развития за прошедший год.	1
		ИТОГО:	**34**

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Плановые сроки прохождения занятия		Тема занятия
	План 5 класс	Факт 5 класс	
1	03.09.2026		Техника безопасности на занятиях физ. упр., спорт. и подвиж. игра
2	10.09.2026		Изучение отдельных элементов игры «Баскетбол»
3	17.09.2026		Полоса препятствий. Учет.
4	24.09.2026		Поднимание туловища из положения лежа. Учет.

5	01.10.2026		Разучивание элементов игры «Городки»
6	08.10.2026		Игра «Футбол»
7	15.10.23026		Бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы. Учет.
8	22.10.2026		Игра «Волейбол»
9	05.11.2026		Изучение отдельных элементов игры «Баскетбол»
10	12.11.2026		Гимнастический мост из положения лежа
11	19.11.2026		Подвижные игры
12	26.11.2026		Разучивание длинного кувырка вперед
13	03.12.2026		Спортивные игры
14	10.12.2026		Игра «Баскетбол» по упрощенным правилам
15	17.12.23026		Отжимания от пола (упор присев-упор лежа)
16	24.12.2026		Спортивные игры
17	14.01.2027		Техника безопасности на занятиях спорт. и подвиж. играми.
18	21.01.2027		Изучение отдельных элементов игры «Баскетбол»
19	28.01.2027		Перетягивание каната
20	04.02.2027		Гимнастический мост из положения лежа
21	11.02.2027		Изучение отдельных элементов игры «Футбол»
22	18.02.2027		Игра «Баскетбол» по упрощенным правилам
23	25.02.2027		Разучивание длинного кувырка вперед
24	04.03.2027		Подвижные игры
25	11.03.2027		Спортивные игры
26	18.03.2027		Спортивные игры

27	02.04.2027		Бег с изменением направления
28	08.04.2027		Полоса препятствий
29	15.04.2027		Бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы. Учет.
30	22.04.2027		Полоса препятствий. Учет.
31	29.04.2027		Поднимание туловища из положения лежа. Учет.
32	06.05.2027		Игра «Футбол»
33	13.05.2027		Перетягивание каната
34	20.05.2027		Подведение итогов

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ростовской области

Ремонтненский отдел образования Администрации Ремонтненского района

МБОУ Большеремонтненская СШ

РАССМОТРЕНА	СОГЛАСОВАНА	УТВЕРЖДЕНА
Руководитель ШМО	Заместитель директора по УР	Директор
Липаева М.В.	Балабина Л.Н.	Полоусов В.Г.
Протокол заседания № 1 от «24» августа 2026 г.	Протокол заседания № 1 от «27» августа 2026 г.	Приказ № 168 от «27» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Школьный спортивный клуб Олимпиец»

для обучающихся 6 класса

С.Большое Ремонтное

Данная программа расчитана на 1 год обучения и соответствует среднему возрастному уровню (12-13 лет).Занятия прводятся 1 раз в неделю,продолжительностью – 40 мин

Планируемые результаты:

Изучение программы способствует развитию личностных, предметных и метапредметных универсальных учебных действий (УУД):

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

— 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;

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— представлять ОФП как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— 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

Структура курса:

№ п/п	Раздел программы	Содержание	Количество часов
			6 класс
1	Теория	Изучение вопросов по предупреждению травматизма, техника безопасности при занятиях спортивными и подвижными играми, при выполнении физических упражнений. Подведение итогов за год.	2
2	Спортивные игры	Изучение элементов игр, игры по упрощенным правилам, совершенствование навыков игр.	12
3	Подвижные игры	Игры для развития быстроты, координации, взаимодействия учащихся	8
4	Легкая атлетика	Беговые упражнения, упражнения на скорость.	4
5	Гимнастика	Изучение элементов гимнастики для развития гибкости, прыгучести.	7
6	Подведение итогов	Объявление результатов развития за прошедший год.	1
ИТОГО:			**34**

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Плановые сроки прохождения занятия	Тема занятия

	План 6 класс	Факт 6 класс	
1	03.09.2026		Техника безопасности на занятиях физ. упр., спорт. и подвиж.
2	10.09.2026		Изучение отдельных элементов игры «Баскетбол»
3	17.09.2026		Полоса препятствий. Учет.
4	24.09.2026		Поднимание туловища из положения лежа. Учет.
5	01.10.2026		Разучивание элементов игры «Городки»
6	08.10.2026		Игра «Футбол»
7	15.10.23026		Бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы. Учет
8	22.10.2026		Игра «Волейбол»
9	05.11.2026		Изучение отдельных элементов игры «Баскетбол»
10	12.11.2026		Гимнастический мост из положения лежа
11	19.11.2026		Подвижные игры
12	26.11.2026		Разучивание длинного кувырка вперед
13	03.12.2026		Спортивные игры
14	10.12.2026		Игра «Баскетбол» по упрощенным правилам
15	17.12.23026		Отжимания от пола (упор присев-упор лежа)
16	24.12.2026		Спортивные игры
17	14.01.2027		Техника безопасности на занятиях спорт. и подвиж. играми.
18	21.01.2027		Изучение отдельных элементов игры «Баскетбол»
19	28.01.2027		Перетягивание каната
20	04.02.2027		Гимнастический мост из положения лежа

21	11.02.2027		Изучение отдельных элементов игры «Футбол»
22	18.02.2027		Игра «Баскетбол» по упрощенным правилам
23	25.02.2027		Разучивание длинного кувырка вперед
24	04.03.2027		Подвижные игры
25	11.03.2027		Спортивные игры
26	18.03.2027		Спортивные игры
27	02.04.2027		Бег с изменением направления
28	08.04.2027		Полоса препятствий
29	15.04.2027		Бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы. Учет
30	22.04.2027		Полоса препятствий. Учет.
31	29.04.2027		Поднимание туловища из положения лежа. Учет.
32	06.05.2027		Игра «Футбол»
33	13.05.2027		Перетягивание каната
34	20.05.2027		Подведение итогов

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ростовской области

Ремонтненский отдел образования Администрации Ремонтненского района

МБОУ Большеремонтненская СШ

РАССМОТРЕНА	СОГЛАСОВАНА	УТВЕРЖДЕНА
Руководитель ШМО	Заместитель директора по УР	Директор
Липаева М.В.	Балабина Л.Н.	Полоусов В.Г.
Протокол заседания № 1 от «24» августа 2026 г.	Протокол заседания № 1 от «27» августа 2026 г.	Приказ № 168 от «27» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Школьный спортивный клуб Олимпиец»

для обучающихся 7 класса

С.Большое Ремонтное.

Данная программа расчитана на 1 год обучения и соответствует среднему возрастному уровню (12-13 лет).Занятия прводятся 1 раз в неделю,продолжительностью – 40 мин

Планируемые результаты:

Изучение программы способствует развитию личностных, предметных и метапредметных универсальных учебных действий (УУД):

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

— 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;

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— представлять ОФП как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по ОФП являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— 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

Структура курса:

№ п/п	Раздел программы	Содержание	Количество часов
			7 класс
1	Теория	Изучение вопросов по предупреждению травматизма, техника безопасности при занятиях спортивными и подвижными играми, при выполнении физических упражнений. Подведение итогов за год.	2
2	Спортивные игры	Изучение элементов игр, игры по упрощенным правилам, совершенствование навыков игр.	12
3	Подвижные игры	Игры для развития быстроты, координации, взаимодействия учащихся	8
4	Легкая атлетика	Беговые упражнения, упражнения на скорость.	4
5	Гимнастика	Изучение элементов гимнастики для развития гибкости, прыгучести.	7
6	Подведение итогов	Объявление результатов развития за прошедший год.	1
ИТОГО:			**34**

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Плановые сроки прохождения занятия	Тема занятия

	План 7 класс	Факт 7 класс	
1	03.09.2026		Техника безопасности на занятиях физ. упр., спорт. и подвиж.
2	10.09.2026		Изучение отдельных элементов игры «Баскетбол»
3	17.09.2026		Полоса препятствий. Учет.
4	24.09.2026		Поднимание туловища из положения лежа. Учет.
5	01.10.2026		Разучивание элементов игры «Городки»
6	08.10.2026		Игра «Футбол»
7	15.10.23026		Бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы. Учет
8	22.10.2026		Игра «Волейбол»
9	05.11.2026		Изучение отдельных элементов игры «Баскетбол»
10	12.11.2026		Гимнастический мост из положения лежа
11	19.11.2026		Подвижные игры
12	26.11.2026		Разучивание длинного кувырка вперед
13	03.12.2026		Спортивные игры
14	10.12.2026		Игра «Баскетбол» по упрощенным правилам
15	17.12.23026		Отжимания от пола (упор присев-упор лежа)
16	24.12.2026		Спортивные игры
17	14.01.2027		Техника безопасности на занятиях спорт. и подвиж. играми.
18	21.01.2027		Изучение отдельных элементов игры «Баскетбол»
19	28.01.2027		Перетягивание каната
20	04.02.2027		Гимнастический мост из положения лежа

21	11.02.2027		Изучение отдельных элементов игры «Футбол»
22	18.02.2027		Игра «Баскетбол» по упрощенным правилам
23	25.02.2027		Разучивание длинного кувырка вперед
24	04.03.2027		Подвижные игры
25	11.03.2027		Спортивные игры
26	18.03.2027		Спортивные игры
27	02.04.2027		Бег с изменением направления
28	08.04.2027		Полоса препятствий
29	15.04.2027		Бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы. Учет
30	22.04.2027		Полоса препятствий. Учет.
31	29.04.2027		Поднимание туловища из положения лежа. Учет.
32	06.05.2027		Игра «Футбол»
33	13.05.2027		Перетягивание каната
34	20.05.2027		Подведение итогов