муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Балабановская основная общеобразовательная школа №13

«Согласована»
Заместитель директора
по УВР МБОУ БООШ №13
_____ Клименко Г.А.
от «31» августа 2026г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ БООШ №13
_____ Федотова Т.А.
Приказ № 144
от «31» августа 2026 г.

Рабочая программа
кружка «Спортивные игры»

Возраст детей на которых рассчитана программа - 10-13 лет
Направление программы – физкультурно-спортивное
Срок реализации программы – один год
Учитель – Артеменко Алла Владимировна

х. Таганрогский
2026г.

Пояснительная записка

Программа «Спортивные игры» имеет физкультурно-спортивную направленность. Объединение в одну группу тенниса, шахмат и шашек позволяет комплексно развивать обучающихся: тренировать как физические качества (координация, выносливость), так и когнитивные функции (логика, память, стратегическое мышление). Рассчитана на базовый уровень подготовки и направлена на расширение двигательного опыта обучающихся за счет освоения интеллектуальных (шашки, шахматы) и сложно координационных (теннис) видов спорта. В возрасте 10–13 лет происходит активное развитие аналитических способностей, абстрактного мышления и психомоторики. Сочетание настольных игр с ракеточным спортом позволяет гармонично развивать как когнитивную сферу, так и физические качества школьников.

Новизна данной образовательной программы заключается в комплексном психофизическом воздействии на обучающихся через интеграцию циклических игровых (настольный теннис) и стратегических (шахматы, шашки) дисциплин в едином расписании. Программа дополняет традиционные методики использованием мультимедийных тренажеров и проведением гибридных турниров-триатлонов, что обеспечивает высокий уровень мотивации и сохранность контингента.

Актуальность.

Актуальность программы обусловлена необходимостью компенсации гиподинамии современных подростков через вовлечение их в доступные виды активности.

Теннис решает проблему низкой аэробной выносливости и развивает зрительно-моторную координацию.

Шахматы и шашки отвечают социальному запросу общества на раннее развитие логического мышления, являются частью культурного кода России (отечественная шахматная школа признана во всем мире) и служат инструментом профилактики цифрового утомления, переключая внимание ребенка с экрана гаджета на живое общение и решение тактических задач. Кроме того, эти виды спорта не требуют дорогостоящей экипировки и доступны детям с разным уровнем физического развития.

Цели:

- укрепления здоровья учащихся, закаливание, гармоническое физическое развитие, достижение и поддержание высокой работоспособности, привитие гигиенических навыков;
- воспитание у занимающихся нравственных и волевых качеств;
- формирование жизненно важных двигательных навыков и умений, применение их в различных условиях;
- развитие у занимающихся основных двигательных качеств, к способности к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений,
- формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, воспитание потребности в личном физическом совершенствовании;
- создание условий для личностного и интеллектуального развития учащихся, формирования общей культуры и организации содержательного досуга посредством обучения игре в шашки и шахматы;

Задачи:

Образовательные:

обучить правилам техники безопасности при работе с инвентарем (ракетки, мячи, шахматные часы).

Сформировать базовые технические навыки ударов в теннисе;

Изучить правила соревнований по большому теннису, русским и международным

шашкам, шахматам.

Освоить простейшие тактические схемы в дебюте, миттельшпиле и эндшпиле в шахматах; принципы блокировки и прорыва в шашках.

Развивающие:

- развить быстроту реакции, специальную ловкость, координацию движений и динамическое равновесие (теннис);
- развить пространственное мышление, концентрацию внимания, оперативную память, комбинаторное и логическое мышление (шашки, шахматы);
- формировать способность к быстрому принятию решений в условиях ограниченного времени;

Воспитательные:

- воспитать волевые качества: целеустремленность, выдержку, самообладание, умение достойно принимать победы и поражения;
- сформировать навыки честной спортивной борьбы, уважения к сопернику и правилам судейства;
- привить культуру ухода за спортивным инвентарем и оборудованием.

Формы и методы

При планировании кружка «Спортивные игры: теннис, шашки и шахматы» можно использовать следующие формы организации:

- фронтальная: объяснение правил, инструктаж по безопасности, показ приёмов, общая разминка;
- групповая: выполнение упражнений и решение игровых задач в небольших группах с учётом уровня подготовки;
- парная: отработка ударов в теннисе, проведение учебных партий в шашки и шахматы, взаимопроверка решений;
- индивидуальная: коррекция техники, подбор заданий по уровню сложности, разбор ошибок;
- комбинированная: сочетание объяснения, практических упражнений, учебной игры и обсуждения результатов.

Методы работы

- словесные: объяснение правил и игровых приёмов, беседа, инструктаж, обсуждение способов решения игровых задач;
- наглядные: показ движений, демонстрация позиций на доске, использование схем и карточек;
- практические: повторное выполнение упражнений, отработка отдельных приёмов, проведение учебных партий;
- игровые: подвижные игры с элементами тенниса, задания «Найди лучший ход», «Выиграй фигуру», игровые ситуации с изменёнными условиями;
- проблемно-поисковые: выбор и обоснование хода, поиск нескольких вариантов продолжения партии, подбор тактики против соперника;
- соревновательные: выполнение заданий на точность и результативность, участие в турнирах с соблюдением правил честной игры;
- дифференцированного обучения: задания разной сложности, изменение темпа работы и объёма помощи;
- контроля и самоконтроля: наблюдение, контрольные упражнения, проверка знания правил, самооценка и разбор сыгранных партий.

Применение по направлениям:

- теннис: показ и отработка стоек, перемещений, подач и ударов; парные упражнения; учебные розыгрыши.
- шашки: решение позиций на обязательное взятие, построение комбинаций, учебные партии и анализ ошибок.
- шахматы: задания на допустимые ходы, защиту фигур и постановку мата; решение тактических задач; разбор партий.

Готовая формулировка для плана:

«Занятия проводятся в индивидуальной, парной, групповой и фронтальной формах. Используются словесные, наглядные, практические, игровые, проблемно-поисковые и соревновательные методы, а также методы контроля и самоконтроля. Предусматриваются дифференцированные задания с учётом возраста, возможностей и уровня подготовки обучающихся».

Место учебного предмета в учебном плане

Программа кружка «Спортивные игры» предназначена для реализации в 5-7 классах школы и рассчитана на 34 часа (при 1 часе в неделю).

В соответствии с годовым календарным графиком МБОУ Балабановская ООШ №13 на 2026-2027 учебный год, наличием выходных и праздничных дней (04.11, 23.02, 08.03, 03.05,10.05) в 2026-2027 учебном году, расписанием занятий по внеурочной деятельности МБОУ Балабановская ООШ №13 в условиях пятидневной рабочей недели, программа будет реализована в количестве 34 часов.

Планируемые результаты

Личностные:

- Готовность к саморазвитию, формирование адекватной самооценки своих физических и интеллектуальных возможностей.
- Осознание ценности здоровья и ведение здорового образа жизни.
- Развитие морально-этических качеств: ответственности за свои действия, дисциплинированности, эмпатии;
- развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Метапредметные:

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности;
- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления.
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установление аналогий и причинно-следственных связей, построение рассуждений.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;

- развивать сенсорные и моторные навыки;
- ориентирование в своей системе знаний: понимание, что нужна дополнительная информация (знания) для решения задачи в один шаг.
- умение делать предварительный отбор источников информации для решения учебной задачи.
- умение добывать новые знания: находить необходимую информацию в предложенной учителем литературы.
- умение добывать новые знания: извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, иллюстрация и др.).
- перерабатывание полученной информации: наблюдение и умение делать самостоятельные выводы.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения и оценку событий.
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- умение самостоятельно ставить учебные цели, планировать учебную нагрузку и контролировать свое эмоциональное состояние во время соревновательной нагрузки.
- владение логическими операциями: анализ позиции, синтез вариантов, построение причинно-следственных связей.
- умение эффективно работать индивидуально и в паре (парный теннис, командные соревнования по шашкам).

Предметные:

- *По теннису:* формирование навыков игры в настольный теннис, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности;
- *По шахматам и шашкам:* Знает обозначение полей, ценность фигур/шашек, правила рокировки и взятия на проходе (в шахматах); применяет тактические приемы (двойной удар, связка, вилка); умеет записывать партию; отличает ничейные окончания от выигрышных.
- термины: белое и чёрное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр.
- правильно расставлять фигуры перед игрой, сравнивать, находить общее и различие.
- уметь ориентироваться на шахматной доске. Понимать информацию, представленную в виде текста, рисунков, схем. Правила хода и взятия каждой из фигур, «игра на уничтожение», превращение пешки.

Отслеживание и оценивание результатов обучения учащихся по программе осуществляется в конце периода обучения: контрольные упражнения, командная игра и беседа или мини-викторина по правилам.

Содержание обучения

Знания о физической культуре

Физическая культура в современном обществе. История развития настольного тенниса, и его роль в современном обществе. Оборудование и спортинвентарь для настольного тенниса. Правила безопасности игры. Правила соревнований.

Способы двигательной деятельности

Выбор ракетки и способы держания. Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером». Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи».

Удары по мячу накатом. Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок.

Игра в ближней и дальней зонах. Вращение мяча.

Основные положения теннисиста. Исходные положения, выбор места. Способы перемещения. Шаги, прыжки, выпады, броски. Одношажные и двухшажные перемещения.

Подача (четыре группы подач: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением). Подачи: короткие и длинные. Подача накатом, удары слева, справа, контрнакат (с поступательным вращением). Удары: накатом с подрезанного мяча, накатом по короткому мячу, крученая «свеча» в броске.

Тактика одиночных игр.

Игра в защите.

Основные тактические комбинации.

При своей подаче: а) короткая подача; б) длинная подача. При подаче соперника: а) при длинной подаче — накат по прямой; 6) при короткой подаче — несильный кистевой накат в середину стола.

Применение подач с учетом атакующего и защищающего соперника.

Основы тренировки теннисиста. Специальная физическая подготовка. Упражнения с мячом и ракеткой. Вращение мяча в разных направлениях.

Тренировка двигательных реакций. Атакующие удары (имитационные упражнения) и в игре.

Передвижения у стола (скрестные и приставные шаги, выпады вперед, назад и в стороны).

Тренировка удара: накатом у стенки, удары на точность.

Игра у стола. Игровые комбинации. Подготовка к соревнованиям (разминка общая и игровая).

Шахматная доска и фигуры. Место шашек и шахмат в мировой культуре. Роль шашек в воспитании и развитии личности. Особенности психологической подготовки юного шахматиста. Понятие о здоровом образе жизни. Шахматная доска. Поля, линии, их обозначение. Легенда о возникновении шашек.

Ходы и взятие фигур. Упражнения на выполнение ходов пешками. Дидактические игры по маршруту и их взятие с учетом контроля полей, на ограничение подвижности фигур. Тренировочные упражнения по закреплению знаний о шахматной доске.

Общие принципы разыгрывание партии. Понятие о шашечном турнире. правила поведения при игре в шашечных турнирах. Правила поведения в соревнованиях. Спортивная квалификация. Анализ учебных партий, игровая практика. Особенности хода «дамки». Упражнения на выполнение ходов дамкой. Дидактические игры по маршруту и их взятие с учетом контроля полей, на ограничение подвижности фигур. Тренировочные упражнения по закреплению знаний о шахматной доске.

Тактические приемы и особенности их применения. Слабость крайней горизонтали, двойной удар, открытое нападение, связка, виды связок и защита от нее. Завлечение, отвлечение, разрушение пешечного перекрытия, освобождение пространства, уничтожение защиты. Понятие о комбинации. Решение тестовых позиций, содержащих тактические удары на определенную и на неизвестную темы. Шашечный турнир.

Тематическое планирование

№	Наименование темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1	Теннис, теория.	4	4	
2	Обучение техническим приёмам	5		5
3	двухсторонняя игра	3		3
4	Шашки, теория	4	4	
5	Тренировочные упражнения	5		5
6	Шашечный турнир	3		3
7	Шахматы, теория	2	2	2
8	Тренировочные упражнения	5		5
9	Шахматный турнир	3		3
	Итого:	34		

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Формы работы		Сроки	
			Теория	Практика	План	Факт
Теннис -12 часов						
1	Физическая культура в современном обществе.	1	1		02.09.2026	
2	История развития настольного тенниса, и его роль в современном обществе.	1	1		09.09.2026	
3	Оборудование и спортинвентарь для настольного тенниса.	1	1		16.09.2026	
4	Правила безопасности игры. Выбор ракетки и способы держания.	1	1		23.09.2026	
5	Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером».	1		1	30.09.2026	
6	Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи».	1		1	07.10.2026	
7	Удар по мячу с полулета, удар подрезкой, срезка, толчок.	1		1	14.10.2026	
8	Игра в ближней и дальней зонах. Вращение мяча.	1		1	21.10.2026	
9	Основные положения теннисиста.	1		1	11.11.2026	
10	Игра у стола. Игровые комбинации.	1		1	18.11.2026	
11	Игра у стола. Игровые	1		1	25.11.2026	

	комбинации.					
12	Игра у стола. Игровые комбинации.	1		1	02.12.2026	
Шашки -12 часов						
13	Место шашек в мировой культуре.	1	1		09.12.2026	
14	Решение упражнений на выигрыш в различное количество ходов.	1	1		16.12.2026	
15	Обучение алгоритму хода.	1	1		23.12.2026	
16	Понятие «Дамка»	1	1		30.12.2026	
17	Шахматная доска. Поля, линии, их обозначение.	1		1	13.01.2027	
18	Упражнения на выполнение ходов пешками.	1		1	20.01.2027	
19	Тренировочные упражнения по закреплению знаний о шахматной доске.	1		1	27.01.2027	
20	Открытые и двойные ходы.	1		1	03.02.2027	
21	Упражнения на выполнение ходов дамкой.	1		1	10.02.2027	
22	Шашечный турнир	1		1	17.02. 2027	
23	Шашечный турнир	1		1	24.02.2027	
24	Шашечный турнир	1		1	03.03.2027	
Шахматы – 10 часов						
25	История шахмат. Название фигур.	1	1		10.03.2027	
26	Начальная позиция фигур на шахматной доске. Ходы фигур.	1	1		17.03.2027	
27	Что такое вечный Шах и Пат.	1	1		24.03.2027	
28	Пешки – охрана короля. Ладья против слона	1		1	07.04.2027	
29	Ферзь. Ферзь против слона и ладьи.	1		1	14.04.2027	
30	Конь против ферзя, слона и ладьи. Мат ладьей.	1		1	21.04.2027	
31	Солдат становится генералом(король, легкая фигура и пешка против короля).	1		1	28.04.2027	
32	Шахматный турнир			1	05.05.2027	
33	Шахматный турнир			1	12.05.2027	
34	Шахматный турнир			1	19.05.2027	
Итого:34						

Перечень учебно-методического обеспечения

1. Акопяп А.О., Новиков А.А Анализ-синтез спортивной деятельности как основной фактор совершенствования методики тренировки, М.,2008г.
2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-9 классов, 2011г. Часть 1. п.1.4.2. Спортивные игры. Часть 2. Внеклассная работа. Спортивные секции. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И. Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич). Программа допущена Министерством образования Российской Федерации. (2010г).
3. Белиц-Гейман С.П. Теннис для родителей и детей. – М.: Просвещение, 1988.
4. Барстоу Дж. Уроки тенниса. – Л.: Ленинградский издатель,1984.
5. Кондратьева Г.А., Шокин А.И. Теннис в спортивных школах. – М.: Агриус, 1975.
6. Лейвер Р. Как побеждать в теннисе – М., 1988.
7. Лот Ж.-П. Теннис за три дня.– М.: Просвещение, 1975.
8. Машка Олдржих, Шафаржик В. Начальная школа тенниса. – М.: ВИСПО, 1988.
9. Новиков А.В. Кукушкин В.В. Большой шлем или Четыре теннисных туза. М.: Советский спорт, 1990.
10.ПожарскийВ.А. Шахматный учебник / В.А.Пожарский – М.,1996 2.ТимофеевА.А. Межпредметные связи шашек как учебного предмета в начальной школе // Шахматный всеобуч – 1996 - No3.
11.ТимофеевА.А .Общие подходы к концепции «Шашки как учебный предмет» в начальной школе// Начальное образование. – 2006. - No4 .
12.Принципы шахматной игры: учебное пособие./ Шакуров М.Ф. – Казань: МастерЛайн,2000.
13.КостьевА.Н. Учителю о шахматах. – М., 1986 6.В. Костров. «Шахматы для детей, родителей и учителей».

Материально – техническое обеспечение

1.Теннисный стол

2.Ракетки

3.Шарики

4.Ноутбук

5.Наборы шахмат

6.Наборы шашек