

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
гимназия № 209 Центрального района Санкт-Петербурга  
«Павловская гимназия»  
(ГБОУ гимназия № 209 «Павловская гимназия»)**

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
ГБОУ гимназии № 209  
«Павловская гимназия»  
Протокол 29 августа 2025 г. № 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБОУ гимназии № 209  
«Павловская гимназия»

Приказ от 29 августа 2025 г. № 199-ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по курсу внеурочной деятельности  
БИЛЬЯРД**

---

Уровень образования: **начальное общее образование**

---

Реализуемый стандарт: **ФГОС**

---

Срок реализации: **4 года**

---

Класс обучения: **3-4 классы**

---

Общее количество часов на реализацию программы: **135**

---

Составители: **Давыдова Е.П.**

---

Год написания рабочей программы: **2025**

## **1. Пояснительная записка**

### **1.2. Актуальность и назначение программы**

Рабочая программа по внеурочной деятельности *спортивно-оздоровительного направления* «Бильярд» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, в соответствии с требованиями в соответствии с программой внеурочной деятельности «Бильярд» П.Д. Бочоришвили, А.С. Осинковского, В.О. Щербакова.

Программа рассчитана на 135 занятий (40 мин.) для обучающихся 3-6 классов:

3-6 классы – 34 занятия по 1 занятию в неделю.

Занятия по программе проводятся во второй половине дня.

*Цель программы:* формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач:**

*обучающие:*

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижным играм;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности;

*развивающие:*

- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;

*воспитательные:*

- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми.

### **1.2. Варианты реализации программы и формы проведения занятий**

*Время и место реализации программы.* Программа внеурочной деятельности «Спортивный мир» рассчитана для реализации в рамках внеклассной работы (дополнительные занятия) учащихся 3-6 классов. Возраст детей 9-13 лет.

Занятия проходят один раз в неделю – 34 часа в год.

*По категории обучающихся* занятия по программе «Спортивный мир» относятся к *продвинутому образованию*, по *направлению модернизации* являются *альтернативными*, по *подходу к ребёнку* – *свободным воспитанием*. По *типу управления учебным процессом* используется, в основном, *система малых групп + педагог*. Роль педагога зависит от содержания и формы занятия. *Диапазон ролей:* тренер, консультант.

*Модель реализации внеурочной деятельности:* модель дополнительного образования. *Формы организации внеурочной деятельности по программе:* аналогично дополнительному образованию – *спортивная секция*.

*Виды деятельности обучающихся:* игровая деятельность.

*Формы занятий:* игровое занятие, спортивная тренировка.

*Формы учёта для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности:* соревнования.

Реализация рабочей программы или ее части может осуществляться с применением электронного обучения (ЭО) и дистанционных образовательных технологий (ДОТ), при этом учебные занятия организуются по одной из следующих моделей:

- ДОТ и ЭО как дополнение к очной форме обучения (расширение, дифференциация, творческие задания, электронные ресурсы (ЭОР), инструменты контроля, работа с образовательными платформами, разными ресурсами);
- ДОТ в контексте технологий смешанного обучения (включение в урок или опережающее обучение на основе удаленно выполняемых заданий (перевернутый класс).
- ДОТ - удаленная форма реализации ООП, курсов (полностью дистанционное обучение).

### **1.3. Взаимосвязь с программой воспитания**

Данная программа связана с Программой воспитания в ракурсе модуля «Традиционные проекты гимназии», «Урочная деятельность», «Профилактика».

Программа актуальна нацелена на создание дополнительных условий для развития личности ребенка и его мотивации к познанию, преодолению возникающих сложностей и достижению результатов. Также занятия по данной программе будут способствовать профилактике асоциального поведения, культурному и профессиональному самоопределению и самореализации личности ребенка.

Игра за столом создает благоприятные условия для деятельности всего организма, вырабатывает четкость и координацию движений, оттачивает логическое мышление. Из занятий бильярдным спортом можно почерпнуть много практических знаний по геометрии и физике. В совокупности эти свойства данного спорта способствует формированию у учеников свойств гармоничной личности.

### **1.4. Ценностное наполнение внеурочных занятий**

Реализация программы способствует в освоении учащимися базовой техники бильярдного спорта, содействии развитию физической координации и логического мышления, формированию основ этического отношения к спорту (в том числе бильярдному) и положительного отношения к здоровому образу жизни.

### **1.5. Особенности реализации программы**

Не рекомендуется проводить больше трех занятий в неделю, чтобы избежать эффекта эмоциональной усталости учащихся. Эффективность программы при проведении одного занятия в неделю будет заметно ниже, чем при частоте два или три. Это обусловлено эффектом сравнительно быстрого забывания двигательных умений на первоначальном этапе занятий бильярдным спортом при длительных интервалах между тренировками.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности в 1-4 классах.**

Инструктаж по технике безопасности.

*Бильярд: история и настоящее.*

*Оборудование и определения.* Стол, кий, машинка, мел, треугольник, трафарет.

*Этика спортсмена.* Общие правила бильярда, правила дисциплин «ПУЛ-8», «ПУЛ-9». Правила тренировочных игр. Правила проведения в бильярдном зале. Объяснение необходимости бережного отношения к оборудованию и соблюдения общей дисциплины во время нахождения в бильярдном зале. Иллюстрация на примерах адекватного и неадекватного поведения. Отношение к сопернику(ам) Объяснение понятия «честная игра», «приветствие перед матчем», «благодарность после матча».

Иллюстрация на примерах необходимости уважительного отношения к сопернику.

Иллюстрация на примерах адекватного и неадекватного поведения.

*Базовые технические навыки.* Линия движения шара. Удар, фол, двойной удар, пропих, шары (нумерация шаров). Стойка. Назначения и разновидностей моста (упора): натуральный/механический; открытый/закрытый, на игровой поверхности / на борту / промежуточный; практическая отработка навыка формирования надежного упора. Разминочные (прицельные) движения, необходимое направление взгляда, желаемые мышечные ощущения; практическая отработка стадии подготовки к удару (сначала пофазно,

затем – слитно). Значение прямолинейного и плавного последнего замаха, необходимости паузы перед ударным движением, плавного и равномерного начала ударного движения, проводки, соответствующей удару; практическая отработка стадии исполнения удара (сначала пофазно, потом – слитно). Объяснение понятия «заказ», различие между заказными и незаказными играми. Иллюстрация заказа на примерах. Объяснение понятия «джентльменский» заказ. Центральный удар (точка на битке: строго на пересечении вертикальной и горизонтальной осевых линий); объяснение параметров движения битка; практическая отработка навыка попадания в заданную точку. Практическая отработка навыков формирования открытого и закрытого мостов, моста на борту (по близкому к борту шару и шару, прижатому вплотную)

*Биток.* Общее объяснение результата физического воздействия наклейки кия на биток при различных точках их соприкосновения; предварительная практическая отработка возможности попадать наклейкой в различные точки на битке. Точка прицеливания на битке Верхнее вращение (точка на битке: строго по вертикальной осевой линии, на наклейку выше горизонтальной осевой линии); объяснение параметров движения битка; практическая отработка навыка попадания в заданную точку.

*Системы прицеливания.* Значение правильного хвата; три контрольных точки; практическая отработка навыка формирования хвата и навыка трансформации хвата вовремя прицельных и ударного движения.

*Игровая и соревновательная практика.*

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

#### **Личностные результаты:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками в игре на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов;
- проявление уважительного отношения к спорту.

#### **Метапредметные результаты:**

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- технически правильное выполнение двигательной деятельности.

#### **Предметные результаты:**

- обучающиеся овладеют / получают возможность овладеть:
- набором элементов базовой техники бильярдного спорта и специфическими двигательными умениями;
- психологическими аспектами игры;
- терминологией и правилами различных дисциплин разновидности «ПУЛ»;
- сведениями об истории бильярдного спорта;
- правилами поведения и основами безопасности при нахождении в бильярдных залах;
- элементами истории возникновения бильярдной игры и её разновидностей;

- умением определять линии прицеливания по простым и сложным шарам;
- умением осуществлять подготовку к удару;
- умением производить соответствующий позиции удар;
- умением анализировать результат удара и делать выводы на будущее.

#### 4.4. 4 класс (1 час в неделю)

№	Раздел	Кол-во часов	Теория	Практика	Содержание	Деятельность	Образовательные ресурсы
1	Общие представления о бильярде	5		5	Бильярд: история и настоящее Оборудование и определения Этика спортсмена Общие правила бильярда, правила дисциплин «ПУЛ-8», «ПУЛ-9» Правила тренировочных игр	<ul style="list-style-type: none"> <li>– слушать, задавать вопросы, делать уточнения;</li> <li>– понимать и объяснять: базовые термины и понятия бильярдного спорта; бильярдное оборудование; общие правила бильярда и правила дисциплин: «ПУЛ-8» и «ПУЛ-9»;</li> <li>составные элементы базовой техники и их содержание: линия прицеливания, стойка, хват, упор (мост), подготовка к удару, исполнение удара;</li> <li>три основных типа удара: накат, плоский удар, оттяжка;</li> <li>правила безопасности и этики спортсмена – бильярдиста;</li> <li>общие сведения об истории бильярдного спорта и о его текущем состоянии в Санкт-Петербурге;</li> <li>бильярдный спорт – источник здорового образа жизни.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Балин И.В. В мире бильярда. СПб: Золотой век, 2000.</li> <li>2. Балин И.В. В мире бильярда: Полное руководство для желающих научиться играть на бильярде. М.: АСТ, 2004.</li> <li>3. Бирн Р. Бильярд для всех: Пул и Карамболь. М.: Гранд, 2002.</li> </ol>
2	Базовые технические навыки	9		9	Биток Системы прицеливания Отработка технических навыков	<ul style="list-style-type: none"> <li>– визуально находить линию прицеливания;</li> <li>– правильно (т.е. оптимально для собственного роста,</li> </ul>	

						телосложения и выбранного размера удара) формировать стойку; – координировать разминочные (маховые) движения, осуществлять плавный переход разминочных движений к ударному и наносить удар в выбранную точку на битке;	
3	Игровая и соревновательная практика	4		4	Правила соревнований. Правила тренировочных игр. Игровая и соревновательная практика.	– выбирать соответствующие целям учебных упражнений типы и размеры ударов; – демонстрировать соблюдение спортивной дисциплины и этики во время тренировок и соревнований; – контролировать внутреннее состояние.	
4	ОФП – разминка	9		9	Развитие двигательного аппарата ученика. Мышечная память.	– выполнять комплекс разминочных общефизических упражнений комплекс специальных упражнений на ударную технику; – выполнять упрощенный комплекс разминочных общефизических упражнений.	
5	Итоговый игровой тест	1		1		– продемонстрировать комплексные навыки игры	
	Итого	34					