

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**
(СГУ)

Геологический колледж СГУ

УТВЕРЖДАЮ
Директор геологического колледжа СГУ
_____ Л.К. Верина
« 14 » _____ 2026 г



**Регламент
реализации курса внеурочной деятельности
по игровым видам спорта
(волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис)
геологического колледжа СГУ**

Саратов, 2026

1. Общие положения

1.1 Регламент реализации курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ разработан в соответствии с Конвенцией о правах ребенка, Конституцией Российской Федерации, Федеральными законами «Об образовании», «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» и «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», Уставом и локальными нормативными актами Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского» (далее – СГУ), нормативными правовыми актами Российской Федерации, регулирующими отношения в указанной сфере.

2. Цели и задачи

2.1 Реализация Федеральных государственных образовательных стандартов.

2.2 Организация спортивно-массовой работы во внеурочное время.

2.3 Формирование у обучающихся геологического колледжа СГУ ценностного отношения к своему здоровью, привычки к активному и здоровому образу жизни.

2.4 Формирование у обучающихся геологического колледжа СГУ интереса к физической культуре и спорту, стимулирование к включению в физкультурно-спортивную деятельность во внеурочной деятельности, способствующей укреплению их здоровья, спортивному совершенствованию и успешной социализации в обществе сверстников

2.5 Подготовка обучающихся геологического колледжа СГУ к участию в спортивных соревнованиях различного уровня.

3. Организация деятельности

3.1 Реализация курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ осуществляется преподавателями физической культуры в течение учебного года на основе разработанных планов (Приложения 1, 2, 3, 4).

3.2 Реализация курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ осуществляется посредством организации работы спортивных секций.

3.2 Занятия в спортивных секциях в рамках курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ проводятся согласно расписанию, которое составляется в начале учебного года и утверждается директором геологического колледжа СГУ (Приложение 5).

3.3 Порядок включения в группу спортивной секции в рамках курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол,

футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ осуществляется на основе личного заявления и, в случае несовершеннолетия, письменного согласия родителя (законного представителя) обучающегося геологического колледжа СГУ.

3.5 Право на занятия в спортивных секциях в рамках курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ предоставляется обучающимся геологического колледжа СГУ только в случае наличия документа из медицинского учреждения о состоянии здоровья.

3.6 Комплектование группы спортивной секции в рамках курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ проводится преподавателем физической культуры не позднее октября текущего года, но в течение учебного года может проводиться дополнительный набор студентов.

3.7 Преподаватели физической культуры, реализующие курс внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ, согласно действующему Законодательству РФ, несут личную ответственность за выполнение требований к безопасности занятий.

4. Оценка деятельности

4.1 Оценкой деятельности обучающихся геологического колледжа СГУ в рамках реализации внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) является результативность выступлений на спортивных соревнованиях.

5. Права и обязанности

5.1 Члены групп спортивных секций курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ имеют право:

- бесплатно пользоваться спортивным инвентарём, оборудованием и сооружениями, а также методическими пособиями;
- получать консультации от преподавателей;
- получать информацию о планируемых спортивных мероприятиях.

5.2 Члены групп спортивных секций курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ обязаны:

- соблюдать правила техники безопасности при проведении занятий;
- бережно относиться к спортивному инвентарю, оборудованию, сооружениям и иному имуществу;
- показывать личный пример здорового образа жизни;
- соблюдать этические нормы в области спорта;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования;
- исполнять иные обязанности в соответствии с законодательством РФ.

5.3 Преподаватели физической культуры курса, реализующие курс внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ имеют право:

- самостоятельно осуществлять набор участников групп спортивных секций;

- использовать различные формы организации внеурочной деятельности по игровым видам спорта (однаправленные, комбинированные, целостно-игровые занятия, контрольные занятия);

- использовать различные методы организации внеурочной деятельности по игровым видам спорта (словесные, наглядные, практические, объяснительно-иллюстративный);

- вносить предложения по составлению расписания работы спортивных секций в рамках курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ.

5.4 Преподаватели физической культуры курса, реализующие курс внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ обязаны:

- инструктировать членов групп спортивных секций о мерах безопасности при выполнении физических упражнений, следить за соблюдением ими мер безопасности;

- соблюдать методику проведения занятий по физической культуре: обеспечивать рациональную структуру занятия, грамотно дозировать и регулировать физическую нагрузку, учитывать индивидуальные особенности;

- оказывать первую доврачебную помощь при несчастных случаях и неотложных состояниях;

- своевременно сообщать руководителю образовательного учреждения о несчастных случаях на занятиях;

- соблюдать правила педагогической этики в отношениях со студентами;

- обеспечивать выполнение правил охраны труда и техники безопасности при проведении занятий.

6. Руководство

6.1. Общее руководство за реализацией курса внеурочной деятельности по игровым видам спорта (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис) геологического колледжа СГУ осуществляет заместитель директора по воспитательной работе и социальному развитию.

П Л А Н
работы спортивной секции «Футбол»
для студентов геологического колледжа СГУ на 2025-2026 учебный год

№ № п/п	Тема занятия	Количество часов
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент	2
2	Основные правила игры в футбол	2
3	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы	2
4	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	2
5	Ведение мяча	2
6	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	2
7	Удар носком	2
8	Удар серединой лба на месте	2
9	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2
10	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника	2
11	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	2
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	2
13	Удар по летящему мячу средней частью подъема	2
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	2
16	Обманные движения (финты)	2
17	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы	2
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Двусторонняя игра.	2
19	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема	2

20	Остановка катящегося мяча подошвой	2
21	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	2
22	Остановка мяча грудью	2
23	Совершенствование техники ведения мяча	2
24	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо	2
25	Отбор мяча подкатом	2
26	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом	2
27	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите	2
28	Тактические действия в нападении. Двусторонняя игра	2
Итого:		56

П Л А Н
работы спортивной секции «Баскетбол»
для студентов геологического колледжа СГУ на 2025-2026 учебный год

№ № п/п	Тема занятия	Количество часов
1	Инструктаж по Т/Б. Физическая культура – важнейшее средство воспитания и укрепления здоровья учащихся. ОФП	2
2	Техника передвижения игрока. Ведение мяча одной рукой. Учебно-игровые задания	2
3	Передача двумя руками над головой. Учебно-игровые задания	2
4	Техника передач двумя руками в движении. Учебно-игровые задания	2
5	Передачи мяча в движении. Броски после ведения. Учебно-игровые задания	2
6	Техника передвижения при нападении. Учебная игра	2
7	Повороты в движении. Учебная игра	2
8	Ловля мяча, отскочившего от щита. Передачи в движении, броски с места. Учебная игра.	2
9	Техника бросков в движении после ловли мяча. Штрафные броски. Учебная игра.	2
10	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Учебная игра.	2
11	Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке с места после ведения. Учебная игра.	2
12	Техника броска в прыжке с места. Штрафные броски. Учебная игра.	2
13	Техника передач одной рукой сбоку и одной рукой в прыжке. Учебная игра.	2
14	Техника передач на месте и в движении, бросков в прыжке с места после ведения. Учебно-игровые задания.	2
15	Контрольное тестирование	2
16	Техника передач и бросков в движении; опека игрока без мяча. Учебная игра.	2
17	Техника передачи одной рукой с поворотом и отвлекающим действием на передачу.	2
18	Техника отвлекающих действий на передачу с последующим проходом. Учебная игра.	2
19	Техника отвлекающих действий на бросок. Учебная игра.	2

20	Техника передач и ловли одной рукой, выбивание и вырывание. Опека игрока. Учебная игра.	2
21	Техника выбивания мяча после ведения. Опека игрока. Учебная игра.	2
22	Техника передачи одной рукой с поворотом. Учебная игра.	2
23	Техника передач в движении в парах. Учебная игра.	2
24	Техника передач в тройках в движении. Учебная игра.	2
25	Техника передач в движении. Быстрый прорыв 2х1, 3х2. Учебная игра.	2
26	Техника борьбы за мяч, отскочившего от щита. Броски в прыжке с сопротивлением – в парах. Учебная игра.	2
27	Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного броска. Учебная игра.	2
28	Техника ловли высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центровыми и их взаимодействие. Учебная игра.	2
29	Индивидуальные и групповые действия в защите и нападении. Двусторонняя игра.	2
Итого:		58

П Л А Н
работы спортивной секции «Волейбол»
для студентов геологического колледжа СГУ на 2025-2026 учебный год

№ № п/п	Тема занятия	Количество часов
1	Инструктаж по технике безопасности на занятиях по волейболу	2
2	Стойка волейболиста	2
3	Перемещения в стойке приставными шагами боком, спиной вперед, лицом вперед.	2
4	Правила игры в волейбол.	2
5	Передача мяча двумя руками сверху на месте.	2
6	Передача мяча над собой.	2
7	Нижняя прямая подача.	2
8	Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	2
9	Передача мяча двумя руками сверху на месте через сетку.	2
10	Передача мяча над собой.	2
11	Передача мяча двумя сверху у стены.	2
12	Нижняя прямая подача.	2
13	Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	2
14	Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением.	2
15	Передача мяча двумя сверху у стены.	2
16	Нижняя прямая подача.	2
17	Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	2
18	Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением.	2
19	Передача мяча двумя руками сверху у стены. Учебная игра.	2
20	Прием и передача мяча снизу двумя руками.	2

21	Нижняя прямая подача по указанным зонам.	2
22	Передачи мяча сверху двумя руками в разные зоны соперника.	2
23	Прием подачи. Учебная игра в волейбол.	2
24	Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4.	2
25	Прием и передача мяча снизу двумя руками.	2
26	Нижняя и верхняя прямая подача.	2
27	Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке.	2
28	Нападающий удар с собственного подбрасывания мяча.	2
29	Групповые тактические действия в нападении и в защите. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	2
Итого:		58

П Л А Н
работы спортивной секции «Настольный теннис»
для студентов геологического колледжа СГУ на 2025-2026 учебный год

№ № п/п	Тема занятия	Количество часов
1	История возникновения и характеристика игры в настольный теннис. Правила техники безопасности. Изучение элементов стола и ракетки.	2
2	Изучение плоскостей вращения мяча.	2
3	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения без предметов.	2
4	Различные виды бега с ускорениями и без.	2
5	Правила игры и разрядные нормативы. Соревнования, проводимые в России и за рубежом	2
6	Тактика одиночных игр.	2
7	Изучение хваток. Удар толчком слева. Элементарная подача толчком слева	2
8	Различные виды приседаний. Игра в «крутиловку».	2
9	Общеразвивающие упражнения в парах. Подвижные игры и эстафеты.	2
10	Изучение выпадов. Передвижение игрока приставными шагами.	2
11	Удар толчком слева. Элементарная подача толчком слева. Выполнение контрольных нормативов	2
12	Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Подвижные игры и эстафеты.	2
13	Краткие сведения о гигиене, закаливании и режиме. Гигиена и врачебный контроль. Тактика одиночных игр.	2
14	Изучение выпадов. Передвижение игрока приставными шагами.	2
15	Разнообразные метания мячей разного диаметра и материала	2
16	Удар «накатом» справа. Удар «накатом» слева. Тактика парных игр.	2
17	Различные виды приседаний. Различные виды жонглирования и подбивания мячей для настольного тенниса.	2
17	Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Подвижные игры и эстафеты.	2

18	Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи.	2
19	Удар «накатом» справа. Удар «накатом» слева. Тактика парных игр.	2
20	Совершенствование выпадов, хваток, передвижения. Обучение подачи.	2
21	Обучение техники подачи прямым ударом, совершенствование плоскостей вращения мяча.	2
22	Тактика одиночных и парных игр. Тактика нападающего против нападающего.	2
23	Обучение подачи «Маятник». Учебная игра с элементами подач.	2
24	Подача «накатами» слева и справа. Учебная игра с элементами подач.	2
25	Совершенствование техники движения ногами, руками в игре, техника подач.	2
26	Различные виды жонглирования и подбивания мячей для настольного тенниса	2
27	Тактика защитника против защитника. Тактика нападающего против защитника.	2
28	Учебная игра с ранее изученными элементами.	2
Итого:		56



Утверждаю
заместитель директора
по профессиональной подготовке
геологического колледжа СГУ
М.О. Шегай
«31» августа 2026 г.

**Расписание занятий
в спортивных секциях в рамках курса
внеурочной деятельности по игровым видам спорта
(волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис)
геологического колледжа СГУ
на 2026-2027 учебный год**

№ п/п	Виды спорта	Режим работы	Преподаватель
1	Футбол	Четверг 15.40-17.10	А.В. Мишагин
2	Баскетбол	Вторник 15.40-17.10	А.В. Мишагин
3	Волейбол	Среда 15.40-17.10	Т.Б. Никитина
4	Настольный теннис	Пятница 15.40-17.10	Т.Б. Никитина

Преподаватель физической культуры

А.В. Мишагин

Преподаватель физической культуры

Т.Б. Никитина

Согласовано:

заместитель директора по воспитательной работе
и социальному развитию

Ю.А. Селезнева

31.08.2026г.