

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«БЕЛОКОЛОДЕЗСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АРСЕНЬЕВСКИЙ РАЙОН»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

Пронькина Т.Н.
Протокол педсовета №10 от
«01» 09 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Панченко Л.Е.
Приказ № 95 от «01» 09
2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Спортивный клуб «Олимпиец»

для обучающихся 5-9 классов

Направленность: спортивно-оздоровительная
Составил: учитель Владимирова Е.В.

с.Белый Колодезь

2023г.

Пояснительная записка.

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. В проекте образовательных стандартов внеурочная деятельность рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивный клуб «Олимпиец» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 5 – 6, 7 – 8 и 9 классов.

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб «Олимпиец» разработана на основе следующих нормативных документов :

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- ФГОС ООО, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного стандарта основного общего образования»
- Постановление от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
- «Комплексные программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений» под редакцией В.И. Ляха, А.А Зданевича 2010г.;
- Учебный план МОУ «Белоколодезская ООШ».

Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий.

Занятия данным видом внеурочной деятельности преследуют следующие цели:

- содействие гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья учащихся;
- привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- активизировать двигательную активность школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием спортивных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу.

Общая характеристика учебного курса.

Спортивная игра выступает как метод закрепления и совершенствования навыка, выполняемого в повышенном эмоциональном состоянии, в изменяющихся ситуациях, при внешних противодействиях.

Последовательность применения обучению основным элементам в спортивных играх на занятиях по внеурочной деятельности должна быть спланирована заранее. Выбор игры зависит, главным образом, от тех педагогических задач, которые ставятся перед занятием. Немаловажное значение имеет подготовленность класса (физическая и техническая). Необходимо чётко знать, что занимающиеся могут и что ещё не в их силах сделать. Подбор игр зависит также и от того, где проводится игра (в спортивном зале, на открытой площадке, стадионе), от наличия соответствующего инвентаря и оборудования.

Включая тот или иной элемент двигательного действия данной спортивной игры, важно следить, чтобы основная структура движения в ходе игры не нарушалась. Не следует, к примеру, в игре закреплять движения с максимальными усилиями, если это не проделывалось на занятии при формировании навыка.

Определение результатов игры, выявление ошибок, неверных действий имеют большое воспитательное значение. При подведении итогов важно учитывать не только быстроту, но и качество выполнения игровых действий.

Объектом соревновательной деятельности являются показатели качества выполнения элементов или целостных двигательных действий («кто правильнее», «кто точнее» и т. п.).

Большое значение при обучении основным элементам имеет зрительное и слуховое восприятие изучаемого двигательного действия (наглядность). Использование зрительной, звуковой, словесной и

двигательной наглядности зависит от этапа обучения. Как правило, на этапах ознакомления и начального разучивания двигательного действия она применяется гораздо чаще, а на этапе совершенствования используется для исправления появившихся ошибок.

Место курса в учебном плане

Программа рассчитана на 102 часа (по 1 часу в неделю) и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям и проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками в соответствии с учебным планом МОУ «Белоколодезская ООШ». Программа внеурочной деятельности разработана для учащихся 5 – 6 классов (11 – 13 лет) – знакомство с техникой изучаемых игровых приёмов и действий и их первичное освоение (34 часа) и 7 - 8 классов (13-14 лет) и 9 класса (15 – 16 лет) – дальнейшая отработка техники и приёмов спортивных игр (по 34 часа).

Универсальные учебные действия.

Универсальными компетенциями учащихся по курсу «Спортивный клуб «Олимпиец» являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса 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;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Спортивные игры» 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;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её 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.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу «Спортивные игры» являются следующие умения:

- представлять игры 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;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

К средствам наглядности при обучении основным элементам в спортивных играх относятся:

Показ двигательного действия учителем (или учеником по заданию учителя). В основе обучения с помощью показа лежит подражание. При показе двигательного действия в целом или отдельных его элементов учителю необходимо соблюдать следующие требования:

- показ всегда необходимо сочетать с методами использования слова, это позволяет избежать слепого копирования, словесная информация должна быть немногословной, адресной и на языке, понятном для учащихся;
- содержание показа должно соответствовать задачам обучения: первый показ, как правило, должен давать целостное представление о технике и основных правилах в данной спортивной игре;
- в дальнейшем, когда необходимо обратить внимание учеников на отдельные движения и акцентированные усилия, в показе подчёркиваются именно эти моменты;
- для большей наглядности иногда показывают лишь часть изучаемого действия, уменьшают скорость движения, делают паузы;
- следует больше внимания уделять имитационному показу, который облегчает восприятие основы и деталей техники двигательного действия;
- недопустим небрежный, неточный показ, так как он может быть принят учениками за образец, которому надо подражать;
- поручать показ упражнения ученику нужно в следующих случаях:
 - а) если учитель по состоянию здоровья не может хорошо выполнить действие;
 - б) когда необходимо снять предубеждение учеников в невыполнимости задания.

Наглядные пособия (рисунки, кинограммы с изображением последовательности движений, составляющих действие, учебные видеофильмы и т. п.). Демонстрация наглядных пособий обладает преимуществом перед показом при необходимости акцентировать внимание учащихся на конкретном элементе в обучении определённой тактике в игре. Для получения результатов наглядного восприятия полезны вопросы учителя и ответы учащихся.

Материально-техническое обеспечение

- столы теннисные, ракетки теннисные, мячи теннисные;
- щит баскетбольный, мячи баскетбольные;
- стойки волейбольные, сетка волейбольная, мячи волейбольные;
- ракетки для бадминтона, воланчики бадминтонные;
- ворота футбольные, мячи футбольные;
- палки гимнастические, обручи гимнастические, мячи резиновые, перекладина навесная, маты гимнастические, скакалки гимнастические;
- аптечка медицинская.

Содержание программы:

1. Футбол – по 6 часов.

Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой.

Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.

Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.

Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

2. Волейбол – по 8 часов.

Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.

Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.

Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.

Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.

Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.

Контрольные игры.

3. Настольный теннис – по 8 часов.

Техника и тактика игры. Правильная хватка ракетки, способы игры.

Техника перемещений.

Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подач.

Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.

Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.

4. Бадминтон – по 6 часов.

Техника и тактика игры. Способы держания ракетки.

Игровые стойки в бадминтоне. Передвижения по площадке.

Техника выполнения ударов.

Техника выполнения подачи.

Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.

5. Баскетбол – по 6 часов.

Техника и тактика игры. Техника нападения. Техника передвижения.

Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.

Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.

Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.

Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.

Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.

Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами.

Планируемые результаты изучения курса.

В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- приобрести навыки и умения по изучаемым видам спортивных игр;
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ- это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

Календарно-тематический план внеурочной деятельности

«Спортивный клуб «Олимпиец» в 5 - 6 классах

№	Наименование темы	Кол-во часов	Характеристика основных видов учебной деятельности	Дата
I четверть (9 часов)				
Футбол (3 часа)				
1.	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
2.	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	1		
3.	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Игра по упрощенным правилам.	1		
Волейбол (3 часа)				
1.	Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1	Просматривают видеофрагменты и презентации игры в волейбол. Изучают технику безопасности и правила поведения на занятиях волейболом. Повторяют правила игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	
2	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Игра по упрощенным правилам.	1		
3	Передача на точность. Встречная передача. Игра по упрощенным правилам.	1		
Баскетбол (3 часа)				
1	Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Выполняют индивидуальные задания.	
2	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	1		
3	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии. Игра по упрощенным правилам.	1		
II четверть (7 часов)				
Настольный теннис (4 часа)				
1.	Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений.	1	Выполняют построения, организационные команды, разминки в движении. Знакомятся с основами игры в настольный теннис. Обучаются технике хвата ракетки и технике перемещений. Понимают и сохраняют учебную задачу. Учатся планировать действие в соответствии с поставленной задачей.	
2	Техника перемещений. Свободная игра.	1		
3	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Свободная игра.	1		

4	Изучение подачи. Игра на счет.	1	Контролируют действия партнера.	
Бадминтон (3 часа)				
1.	Основы техники и тактики. Способы держания ракетки. Свободная игра.	1	Выполняют построения, организационные команды, бег, разминки в движении. Знакомятся с правилами игры в бадминтон, хваткой бадминтонной ракетки, волана, способами перемещения. Принимают и сохраняют учебную задачу; планируют действия в соответствии с поставленной задачей. Осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Учатся адекватно воспринимать оценку учителя, контролировать действия партнера.	
2.	Игровые стойки в бадминтоне. Свободная игра.	1		
3	Передвижения по площадке. Игра на счет.	1		
III четверть (10 часов)				
Настольный теннис (4 часа)				
1	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Свободная игра.	1	Совершенствовать технику подачи. Развивать гибкость голеностопного сустава. Воспитывать эмоциональную устойчивость. Принимают и сохраняют учебную задачу. Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале. В сотрудничестве с учителем понимают и принимают цели. Включаются в творческую деятельность под руководством учителя. Умеют осуществлять самоконтроль при выполнении физических упражнений. Умеют самостоятельно играть в настольный теннис, соблюдая правила.	
2	Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.	1		
3	Свободная игра. Игра на счет.	1		
4	Игра на счет. Соревнования.	1		
Бадминтон (3 часа)				
	Техника выполнения ударов. Свободная игра.	1	Совершенствуют технику выполнения мягких и плоских ударов. Развивают гибкость голеностопного сустава. Воспитывают эмоциональную устойчивость. Умеют выполнять передвижение по точкам на площадке, моделировать технику игровых действий и приемов. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий бадминтониста. Умеют играть в бадминтон, соблюдая правила.	
	Техника выполнения подачи. Игра на счет.	1		
	Игра на счет. Соревнования.	1		
Волейбол (3 часа)				
	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1	Выполняют упражнения в парах: приём и передача мяча сверху и снизу, нижняя подача мяча. Оценивают правильность выполнения двигательного действия, выявляют ошибки. Демонстрируют ОРУ и специальные упражнения с мячом партнёру, оценивая и аргументируя свои оценки.	
	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1		
	Командные действия. Прием подачи. Расположение игроков при приеме.	1		

IV четверть (8 часов)				
Баскетбол (3 часа)				
1	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения. Игра по упрощенным правилам.	1	Отрабатывают технику изученных игровых приёмов и действий, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в баскетбол как средство активного отдыха. Умеют играть в баскетбол по упрощенным правилам.	
2	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Игра по упрощенным правилам.	1		
3	Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами. Игра по упрощенным правилам.	1		
Футбол (3 часа)				
	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1	Организуют совместные занятия футболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в футбол как средство активного отдыха. Умеют играть в футбол по упрощенным правилам.	
	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	1		
	Игра по упрощенным правилам.	1		
Волейбол (2 часа)				
	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Игра по упрощенным правилам.	1	Организуют совместные занятия волейболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, учатся уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.	
	Контрольная игра.	1	Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в волейбол как средство активного отдыха. Умеют играть в волейбол, соблюдая правила.	
ИТОГО:		34		

Календарно-тематический план внеурочной деятельности

«Спортивный клуб «Олимпиец» в 7 – 8 классах

№	Наименование темы	Кол-во часов	Характеристика основных видов учебной деятельности	Дата
I четверть (9 часов)				
Волейбол (3 часа)				
1.	Инструктаж по ТБ и правилам поведения на занятиях волейболом. Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1	Повторяют технику безопасности и правила поведения на занятиях волейболом. Повторяют правила игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	
2	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Игра по упрощённым правилам.	1		
3	Передача на точность. Встречная передача. Игра по упрощённым правилам.	1		
Футбол (3 часа)				
1	Инструктаж по ТБ во время игры в футбол. Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой.		Повторяют ТБ и правила поведения на занятиях футболом. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	
2	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.			
3	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Игра по упрощённым правилам.			
Баскетбол (3 часа)				
1	Инструктаж по ТБ во время игры в баскетбол. Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1	Повторяют основы техники изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Выполняют индивидуальные задания.	
2	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	1		
3	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трёхочковой линии. Игра по упрощённым правилам.	1		
II четверть (7 часов)				
Настольный теннис (4 часа)				
1.	Инструктаж по ТБ во время игры в настольный теннис. Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы	1	Выполняют построения, организационные команды, разминки в движении. Знакомятся с основами игры в настольный теннис. Обучаются технике хвата ракетки и технике перемещений.	

	игры. Техника перемещений.		Понимают и сохраняют учебную задачу. Учатся планировать действие в соответствии с поставленной задачей. Контролируют действия партнера.	
2	Техника перемещений. Свободная игра.	1		
3	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Свободная игра.	1		
4	Изучение подачи. Игра на счет.	1		
Бадминтон (3 часа)				
1.	Инструктаж по ТБ во время игры в бадминтон. Основы техники и тактики. Способы держания ракетки. Свободная игра.	1	Выполняют построения, организационные команды, бег, разминки в движении. Повторяют правила игры в бадминтон, хватку бадминтонной ракетки, волана, способы перемещения. Принимают и сохраняют учебную задачу; планируют действия в соответствии с поставленной задачей. Осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Учатся адекватно воспринимать оценку учителя, контролировать действия партнера.	
2.	Игровые стойки в бадминтоне. Свободная игра.	1		
3	Передвижения по площадке. Игра на счет.	1		
III четверть (10 часов)				
Настольный теннис (4 часа)				
1	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Свободная игра.	1	Совершенствовать технику подачи. Развивать гибкость голеностопного сустава. Воспитывать эмоциональную устойчивость. Принимают и сохраняют учебную задачу. Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале. В сотрудничестве с учителем понимают и принимают цели. Включаются в творческую деятельность под руководством учителя. Умеют осуществлять самоконтроль при выполнении физических упражнений. Умеют самостоятельно играть в настольный теннис, соблюдая правила.	
2	Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.	1		
3	Свободная игра. Игра на счет.	1		
4	Игра на счет. Соревнования.	1		
Бадминтон (3 часа)				
1	Техника выполнения ударов. Свободная игра.	1	Совершенствуют технику выполнения мягких и плоских ударов. Развивают гибкость голеностопного сустава. Воспитывают эмоциональную устойчивость. Умеют выполнять передвижение по точкам на площадке, моделировать технику игровых действий и приемов. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий бадминтониста. Умеют играть в бадминтон, соблюдая правила.	
2	Техника выполнения подачи. Игра на счет.	1		
3	Игра на счет. Соревнования.	1		
Волейбол (3 часа)				
1	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1	Выполняют упражнения в парах: приём и передача мяча сверху и снизу, нижняя подача мяча. Оценивают правильность выполнения двигательного действия, выявляют ошибки. Демонстрируют ОРУ и специальные	
2	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1		

3	Командные действия. Прием подачи. Расположение игроков при приеме.	1	упражнения с мячом партнёру, оценивая и аргументируя свои оценки.	
IV четверть (8 часов)				
Баскетбол (3 часа)				
1	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения. Игра по упрощенным правилам.	1	Отрабатывают технику изученных игровых приёмов и действий, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в баскетбол как средство активного отдыха. Умеют играть в баскетбол по упрощенным правилам.	
2	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Игра по упрощенным правилам.	1		
3	Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами. Игра по упрощенным правилам.	1		
Волейбол (2 часа)				
1	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Игра по упрощенным правилам.	1	Организуют совместные занятия волейболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, учатся уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в волейбол как средство активного отдыха. Умеют играть в волейбол, соблюдая правила.	
2	Контрольная игра.	1		
Футбол (3 часа)				
1	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1	Организуют совместные занятия футболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в футбол как средство активного отдыха. Умеют играть в футбол по упрощенным правилам.	
2	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	1		
3	Игра по упрощенным правилам.	1		
ИТОГО:		34		

Календарно-тематический план внеурочной деятельности

«Спортивный клуб «Олимпиец» в 9 классе

№	Наименование темы	Кол-во часов	Характеристика основных видов учебной деятельности	Дата
I четверть (9 часов)				
Волейбол (3 часа)				
1.	Инструктаж по ТБ и правилам поведения на занятиях волейболом. Совершенствование техники нападения, перемещений и стоек. Действия без мяча.	1	Повторяют технику безопасности и правила поведения на занятиях волейболом. Повторяют правила игры в волейбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	
2	Действия с мячом. Совершенствование техники передачи мяча двумя руками. Игра по упрощённым правилам.	1		
3	Передача на точность. Совершенствование техники встречной передачи. Игра по упрощённым правилам.	1		
Футбол (3 часа)				
1	Инструктаж по ТБ во время игры в футбол. Совершенствование техники передвижений, поворотов и стоек.	1	Повторяют ТБ и правила поведения на занятиях футболом. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	
2	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Удар по катящемуся мячу.	1		
3	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Игра по упрощённым правилам.	1		
Баскетбол (3 часа)				
1	Инструктаж по ТБ во время игры в баскетбол. Основы техники и тактики. Совершенствование техники нападения и передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1	Повторяют основы техники изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Выполняют индивидуальные задания.	
2	Совершенствование комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	1		
3	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии. Игра по упрощённым правилам.	1		
II четверть (7 часов)				
Настольный теннис (4 часа)				
1.	Инструктаж по ТБ во время игры в настольный теннис. Основы техники и тактики игры.	1	Выполняют построения, организационные команды, разминки в движении. Знакомятся с основами игры в настольный	

	Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений.		теннис. Обучаются технике хвата ракетки и технике перемещений. Понимают и сохраняют учебную задачу. Учатся планировать действие в соответствии с поставленной задачей. Контролируют действия партнера.	
2	Техника перемещений. Свободная игра.	1		
3	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Свободная игра.	1		
4	Изучение подач. Игра на счет.	1		
Бадминтон (3 часа)				
1.	Инструктаж по ТБ во время игры в бадминтон. Основы техники и тактики. Способы держания ракетки. Свободная игра.	1	Выполняют построения, организационные команды, бег, разминки в движении. Повторяют правила игры в бадминтон, хватку бадминтонной ракетки, волана, способы перемещения.	
2.	Игровые стойки в бадминтоне. Свободная игра.	1	Принимают и сохраняют учебную задачу; планируют действия в соответствии с поставленной задачей. Осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Учатся адекватно воспринимать оценку учителя, контролировать действия партнера.	
3	Передвижения по площадке. Игра на счет.	1		
III четверть (10 часов)				
Настольный теннис (4 часа)				
1	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Свободная игра.	1	Совершенствовать технику подачи. Развивать гибкость голеностопного сустава. Воспитывать эмоциональную устойчивость.	
2	Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.	1	Принимают и сохраняют учебную задачу. Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале. В сотрудничестве с учителем понимают и принимают цели. Включаются в творческую деятельность под руководством учителя. Умеют осуществлять самоконтроль при выполнении физических упражнений.	
3	Свободная игра. Игра на счет.	1	Умеют самостоятельно играть в настольный теннис, соблюдая правила.	
4	Игра на счет. Соревнования.	1		
Бадминтон (3 часа)				
1	Техника выполнения ударов. Свободная игра.	1	Совершенствуют технику выполнения мягких и плоских ударов. Развивают гибкость голеностопного сустава.	
2	Техника выполнения подачи. Игра на счет.	1	Воспитывают эмоциональную устойчивость. Умеют выполнять передвижение по точкам на площадке, моделировать технику игровых действий и приемов.	
3	Игра на счет. Соревнования.	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий бадминтониста. Умеют играть в бадминтон, соблюдая правила.	
Волейбол (3 часа)				
1	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1	Выполняют упражнения в парах: приём и передача мяча сверху и снизу, нижняя подача мяча. Оценивают правильность выполнения двигательного действия, выявляют ошибки.	
2	Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1	Демонстрируют ОРУ и специальные	

3	Командные действия. Прием подачи. Расположение игроков при приеме.	1	упражнения с мячом партнёру, оценивая и аргументируя свои оценки.	
IV четверть (8 часов)				
Баскетбол (3 часа)				
1	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения. Игра по упрощенным правилам.	1	Отрабатывают технику изученных игровых приёмов и действий, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в баскетбол как средство активного отдыха. Умеют играть в баскетбол по упрощенным правилам.	
2	Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Игра по упрощенным правилам.	1		
3	Групповые действия. Взаимодействие игроков с заслонами. Игра по упрощенным правилам.	1		
Волейбол (2 часа)				
1	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Игра по упрощенным правилам.	1	Организуют совместные занятия волейболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, учатся уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в волейбол как средство активного отдыха. Умеют играть в волейбол, соблюдая правила.	
2	Контрольная игра.	1		
Футбол (3 часа)				
1	Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1	Организуют совместные занятия футболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в футбол как средство активного отдыха. Умеют играть в футбол по упрощенным правилам.	
2	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	1		
3	Игра по упрощенным правилам.	1		
ИТОГО:		34		